



Kestilä Emma & Kyyrönen Marikka

Haastavasti käyttäytyvän lapsen tukeminen tunnekasvatuksen avulla varhaiskasvatuksessa

Kandidaatin tutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Varhaiskasvatuksen koulutus
2019

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Haastavasti käyttäytyvän lapsen tukeminen tunnekasvatuksen avulla varhaiskasvatuksessa
(Emma Kestilä ja Marikka Kyyrönen)

Kandidaatin tutkielma, 41 sivua

Huhtikuu 2019

Tutkimuksen aiheena on, miten haastavasti käyttäytyvää lasta voidaan tukea tunnekasvatuksen avulla. Tutkimuksessa perehdytään myös siihen, mitä tunnekasvatus on varhaiskasvatuksessa ja miten sitä toteutetaan. Tutkimuksen keskeisiä käsitteitä ovat emotionaaliset ja sosiaaliset taidot, tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa sekä haastava käyttäytyminen, mitkä määritellään teoreettisessa viitekehyksessä. Tutkimus on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jossa aihetta tutkitaan aiemman kirjallisuuden ja tutkimuksen pohjalta.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Mitä tunnekasvatus on varhaiskasvatuksessa?
2. Miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa?

Tutkimuksen rakenne koostuu johdannosta, teoreettisesta viitekehyksestä, tutkimuskysymyksiin vastaamisesta, johtopäätöksistä sekä pohdinnasta. Teoreettisessa viitekehyksessä avataan tutkimuksen keskeisiä käsitteitä ja teorioita. Teoreettisen viitekehyksen jälkeen tutkimuskysymyksiin vastataan lähdekirjallisuuden ja aikaisempien tutkimusten pohjalta. Johtopäätöksissä esitellään tutkimustulokset. Pohdinnassa käydään läpi tutkimusta kokonaisuutena sekä pohditaan lyhyesti jatkotutkimus mahdollisuuksia.

Tutkimustuloksissa huomattiin, että tunne- ja sosiaalisia taitoja tukevat interventiot ja ohjelmat vähensivät haastavaa käyttäytymistä. Myös lapsen paremmat itsesäätelytaidot olivat yhteydessä vähäisempään määrään haastavaa käyttäytymistä. Tämän kautta tutkimuksessa korostui tunnetaitojen harjoittelun tärkeys jo varhaisessa vaiheessa, sillä tunnetaidot alkavat kehittyä jo varhaislapsuudessa. Tutkimuksessa nousi ilmi, että vaikka haastavasti käyttäytyvää lasta voidaan tukea tunnekasvatuksen avulla, ei siihen ole vielä olemassa konkreettisia tukimenetelmiä.

Avainsanat: tunnekasvatus, varhaiskasvatus, haastava käytös, sosiaaliset ja emotionaaliset taidot, itsesäätely

University of Oulu

Faculty of education

Supporting children's challenging behaviour with emotional education in early childhood education (Emma Kestilä ja Marikka Kyyrönen)

Bachelor's thesis, 41 pages

April 2019

This bachelor's thesis focuses on supporting children's challenging behaviour with emotional education in early childhood education. This research also familiarizes with what emotional education in early childhood education is and how emotional education is put into practice in early childhood education. The key concepts in this thesis are emotional and social skills, emotional education in early childhood education, and challenging behaviour. All of these concepts are defined in a theoretical framework. This study was conducted as a descriptive literature review, which is based on previous research and literature based on this subject.

The research questions are the following:

1. What is emotional education in early childhood education?
2. How to support children's challenging behaviour with emotional education in early childhood education?

This research's structure consists of introduction, theoretical framework, answering to research questions, conclusions, and consideration.

The results of this study pointed out that interventions and programs that support children's emotional and social skills reduced challenging behaviour. Children's advanced self-regulation skills were also linked to lesser challenging behaviour. These findings highlighted the importance of early practice of emotional skills, which is important also because emotional skills start developing in early childhood. Although challenging behaviour can be supported with emotional education, specific forms of support do not exist yet.

Keywords: emotional education, early childhood education, challenging behaviour, social and emotional skills, self-regulation

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Lähtökohdat	7
3	Tunteet.....	9
3.1	Mitä tunteet ovat?	9
3.2	Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot	10
3.3	Tunteidensäätely osana itsesäätelystä.....	12
3.4	Sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen sekä itsesäätelyn yleinen kehitys varhaislapsuudessa	14
3.4.1	<i>Turvallinen kiintymyssuhde sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen perustana.....</i>	<i>17</i>
4	Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa.....	21
4.1	Tunnekasvatuksen menetelmiä varhaiskasvatuksessa	22
4.2	Varhaiskasvatuksen ammattilainen tunnekasvattajana	24
4.2.1	<i>Sosiokulttuurinen oppimisteoria.....</i>	<i>25</i>
5	Haastavasti käyttäytyvä lapsi	27
5.1	Haastavaan käyttäytymiseen johtavia syitä.....	29
5.2	Varhaiskasvatuksen ammattilaisten näkemykset haastavasti käyttäytyvästä lapsesta	30
6	Johtopäätökset	32
6.1	Miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa? ...	32
7	Pohdinta	35
	Lähteet	37

1 Johdanto

Kandidaatin tutkimuksessamme tutkimme, miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa sekä perehdymme tarkemmin siihen, mitä tunnekasvatus on ja miten sitä toteutetaan varhaiskasvatuksessa. Lisäksi tutkimme mitä lapsen haastava käytös on ja mistä se mahdollisesti johtuu. Aihe on mielestämme tärkeä, koska se on ajankohtainen ja tunnetaitojen tärkeydestä keskustellaan nykypäivänä aktiivisesti. Meidän kokemuksemme mukaan lapsilla on nykyään hankaluuksia tunnetaidoissa ja nämä hankaluudet näkyvät lasten käyttäytymisessä. Esimerkiksi työelämässä olemme kohdanneet lapsen, joka pelin hävitessään ei ole osannut käsitellä häviön tuomia negatiivisia tunteitaan, vaan hän on käyttäytynyt aggressiivisesti muita lapsia sekä aikuisia kohtaan. Samankaltaisia kokemuksia on myös monia muitakin.

Opetusalan ammattijärjestö OAJ (2017) on tutkinut opetuslalla työskentelevien ammattilaisten työhyvinvointia ja koonnut tulokset yhteen työolobarometriin. Työolobarometrissa nousi esille, että varhaiskasvatuksen opettajat olivat yksi suurimmista opetusalan ammattiryhmistä, jotka kokivat työmääränsä liian kuormittavaksi. Yksi kuormittavuuden syy oli muun muassa lasten lisääntyneet ongelmat. Lisäksi varhaiskasvatuksen opettajien kokema väkivalta töissä oli työolobarometrin mukaan kasvanut. Väkivalta opettajia kohtaan oli suurimmaksi osaksi lasten aiheuttamaa. (OAJ, 2017, 8, 11, 16.) Voidaan todeta, että myös OAJ:n työolobarometri tukee tekemiämme havaintoja ja kokemuksia. Tämä herättää meissä huolen lasten kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, mikä taas vaikuttaa lapsen kasvuun ja kehitykseen.

Tutkimuksissa on todettu, että lasten haastava käyttäytyminen aiheuttaa opettajissa stressiä, jonka myötä opettajan kyky tukea lasta haastavissa tilanteissa heikkenee (Stormont & Young-Walker, 2017). Tästä voikin syntyä negatiivinen kierre. Tämän takia on tärkeää miettiä, miten haastavasti käyttäytyvää lasta voidaan tukea ja haastavaa käytöstä ennaltaehkäistä. Koska haastava käyttäytyminen varhaislapsuudessa johtuu yleensä lisääntyneestä sosiaalisen ja emotionaalisen tuen tarpeesta (Ahonen, 2017, 18) tutkimme, miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta.

Edellä mainittujen kokemusten ja aikaisempien tutkimustulosten takia tutkimme aihetta ja perehdymme siihen laajemmin. Koemme, että tutkimus antaa meille tärkeää tietoa ja taitoa tulevaisuuden työelämäämme varhaiskasvatuksen opettajina. Olemme huomanneet, että tunnekasvatusta on tutkittu enemmän peruskoulun kontekstissa kuin varhaiskasvatuksessa.

Tämä on myös yksi syy, minkä takia teemme tutkimuksemme kyseisestä aiheesta. Mielestämme on hyvin tärkeää jo pienestä pitäen oppia tunnistamaan ja nimeämään omia ja muiden tunteita sekä ilmaisemaan kaikenlaisia tunteita ja samalla oppia säätelemään niitä. Tärkein tunnekasvatus tulee kokemuksemme mukaan avoimessa vuorovaikutuksessa lapsen kanssa, jolloin voimme myös opettaa omalla esimerkillämme tunnetaitoja lapsille.

Rajaamme ja selkiytämme teoreettisessa viitekehyksessä mitä tutkimuskysymyksessämme tarkoitamme haastavalla käytöksellä. Näitä edellä mainittuja asioita tutkimme aiemman kirjallisuuden pohjalta kandidaatin tutkimuksessamme.

2 Lähtökohdat

Tutkimus toteutetaan kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaus on aiemmasta tutkimuksesta ja tieteellisestä kirjallisuudesta tehty tutkimus, jossa aiemman tutkimuksen ja kirjallisuuden sisältöjä ja tuloksia analysoidaan ja arvioidaan perusteellisesti. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa käytetään monipuolisesti laajoja aineistoja, eikä metodiset säännöt rajaa niiden käyttömahdollisuuksia. Näin tutkittavaa asiaa pystytään kuvaamaan laaja-alaisesti. Lisäksi kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimuskysymykset voivat olla väljiä. (Salminen 2011, 4-6.) Tutkimuksen tieto luodaan yhdistelemällä monipuolisesti erilaisia kirjallisuuksia, artikkeleita ja tutkimuksia. Luotettavina lähteinä tutkimuksiin sopivat ajankohtaiset tieteelliset artikkelit, väitöskirjat, lisensoitetyöt, oppikirjat ja käsikirjat. Myös vanhempia lähteitä voi käyttää, kun kyseessä on alan klassikkoteokset sekä alkuperäiset tutkimukset. (Metsämuuronen, 2011, 43-45.)

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Mitä tunnekasvatus on varhaiskasvatuksessa?
2. Miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa?

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää mitä tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa on ja miten sitä voidaan toteuttaa. Lisäksi tutkitaan, miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa. Aineistoon tutustuessa ja teoreettista viitekehystä kootessa on pidetty selkeänä aiheen rajaus. Myös Kiviniemi (2018, 64) korostaa, että jos aihetta ei rajaa tarpeeksi selkeästi ja napakasti, on vaarana, että tutkimuksesta tulee liian hajanainen (Kiviniemi 2018, 64).

Tätä kandidaatin tutkimusta on tehty kolmen kuukauden ajan. Aika onkin riittänyt hyvin perehtymään tutkimuksen aiheeseen. Näin tutkimukseen on päässyt syventymään ja aiheesta on saanut kokonaisvaltaisen kuvan. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2009, 23&24) toteavat Tutki ja kirjoita kirjassaan, että tutkimus tulee suunnitella, toteuttaa ja raportoida huolellisesti ja tieteellisesti (Hirsjärvi ym., 2009, 23&24). Tähän lopputulokseen päästään varaamalla riittävästi aikaa tutkimuksen tekemiseen.

Tässä tutkimuksessa lähteinä on käytetty monipuolisesti kotimaista ja ulkomaista kirjallisuutta, artikkeleita ja tutkimuksia. Lähteiksi on valikoituneet kirjat ja tutkimukset varhaiskasvatuksen,

erityispedagogiikan, kasvatopsykologian ja kehityopsykologian osa-alueilta, koska aihe liittyy olennaisesti näihin kaikkiin osa-alueisiin. Työssä on otettu huomioon myös eettisiä ja luotettavuuteen liittyviä kysymyksiä. Lähteitä valitessa on huomioitu niiden ajankohtaisuus, luotettavuus sekä aiheeseen sopivuus. Mukaan on otettu myös muutama klassikkoteos. Eskolan ja Suorannan (1998, 52) mukaan tutkimusta tehtäessä lähdekirjallisuutta tutkitaan aina tutkijan omien tulkintojen kautta. Tässä tutkimuksessa tulkintojen luotettavuutta lisää tutkijatriangulaatio, eli yhteistutkijuus. Tutkijatriangulaatiossa tutkijoiden on jatkuvasti neuvoteltava omista havainnoistaan, sekä päästävä yksimielisyyteen erilaisista tutkimuksen ratkaisuksista. Näin ollen kaksi tai useampi tutkija monipuolistaa tutkimusta ja tarjoaa laajempia näkökulmia. (Eskola & Suoranta, 1998, 52.)

Tutkimuksen rakenne koostuu johdannosta, tutkimuksen lähtökohdista, teoreettisesta viitekehyksestä, johtopäätöksistä sekä pohdinnasta. Teoreettisessa viitekehyksessä avataan tutkimuksen keskeisiä käsitteitä ja teorioita. Teoreettisen viitekehyksen jälkeen vastataan tutkimuskysymyksiin lähdekirjallisuuden ja aikaisempien tutkimusten pohjalta. Tutkimustulokset kootaan yhteen johtopäätöksissä. Lopuksi tulee pohdinta.

3 Tunteet

3.1 Mitä tunteet ovat?

Ihmiset reagoivat erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin ja tapahtumiin tunteiden kautta. Näille reaktioille eli tunteille on omat nimityksensä, kuten esimerkiksi ilo, viha ja hämmästyminen. Tunteet ovatkin läsnä ihmisten elämässä kaiken aikaa sekä ohjaavat ihmisen toimintaa eri tilanteissa. (Nummenmaa, 2010, 11.) Tunteet ovat kuin ajatukset; ne menevät ja tulevat omia aikojaan. Jotkut tunteet voivat olla vain ohimeneviä, kun taas toiset tunteet säilyvät pitkäänkin. Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen sekä niiden erottelu ei ole aina yksinkertaista. (Opetushallitus, 2013.) Tunteiden kokeminen on yksilöllistä ja eri ihmiset voivat kokea ne eri tavalla. Myös kulttuuri vaikuttaa siihen, miten tunteita koetaan. (Puolimatka, 2011, 325.) Tunteiden syntymiseen vaikuttavat jokaisen ihmisen omat kokemukset ja näkemykset, näin ollen myös ajatukset vaikuttavat tunteisiin ja päinvastoin. (Pihlaja, 2018.)

On olemassa erilaisia tapoja luokitella tunteita (Opetushallitus, 2013). Nummenmaan (2010, 33) mukaan tunteita, joita ihmiset kokevat yleisimmin, kutsutaan perustunteiksi. Näitä perustunteita ovat ilo, pelko, viha, inho, suru ja hämmästyminen. Voidaan nähdä, että perustunteet ovat kulttuurista ja ympäristöstä riippumattomia. Tämä on voitu todeta sillä, että nämä perustunteet näyttäytyvät samojen ilmeiden kautta ihmisen kulttuuritaustasta riippumatta. (Nummenmaa, 2010, 33&34.) Perustunteiden lisäksi puhutaan sosiaalisista tunteista, jotka ovat syntyneet oppimisen sekä kulttuurimme kautta (Keltner & Haidt, 2001; Nummenmaa, 2010, 37). Näitä sosiaalisia tunteita Nummenmaan (2010, 36) mukaan ovat muun muassa noloaminen, häpeä ja kateus. Sosiaaliset tunteet ovatkin erityisen tärkeitä opettajan ja oppilaan välisessä vuorovaikutuksessa sekä oppilaiden keskinäisissä vuorovaikutussuhteissa (Boekaerts & Pekrun, 2016). Lisäksi tunteita, jotka ovat pitkäkestoisia ja joilla ei ole selkeää kohdetta, kutsutaan erikseen mielialoiksi. Tällaisia mielialoja ovat muun muassa huolestuneisuus ja tyytyväisyys. (Opetushallitus, 2013.) Näiden luokittelujen lisäksi on olemassa myös muita tapoja luokitella tunteita.

Tunteet saavat ihmiset toimimaan ja liikkumaan. Nämä tunnereaktiot ovat tärkeitä ihmisen hengissä selviytymisen ja hyvinvoinnin kannalta. (Nummenmaa, 2010, 12&13). Tunteet virittävät ihmisen elimistöä sekä ohjaavat sitä toimimaan eri tilanteiden mukaan. Ihminen tuntee ne kaikkien eri aistiensa kautta sekä usein ne myös myllertävät ihmisen mielessä ja ajatuksissa. Voidaan myös todeta, että useimpiin tunteisiin liittyy vahvasti kehon fyysinen

reaktio, jolloin ihminen voi punastua tai alkaa vapisemaan, hänen sydämensä lyöntitiheys voi kasvaa tai verenpaine nousta. (Opetushallitus, 2013). Tunteet antavatkin ihmisten toimiin lisää energiaa tai sen puutetta sekä näin ollen jopa suorastaan pakottavat ihmisen toimimaan hänen omasta halustaan riippumatta (Nummenmaa, 2010, 13). Tunteet siis ovat yhteydessä ihmismielen toiminnan kanssa, eikä niitä voida pitää erillisenä ihmismielestä. Näin ollen ihmisten tulisikin oppia hyväksymään ja tunnistamaan tunnekokemukset sekä oppia säätelemään tunteitaan ja toimintaa. Näitä taitoja voidaankin pitää yhtenä ihmisen kehityksellisenä haasteena. (Aro, 2011a.)

Ihmisen kokemat tunteet ja niiden herättämät reaktiot välittyvät toisille ihmisille esimerkiksi kasvojen ilmeiden avulla (Kokkonen, 2017, 14). Nämä toisille ihmisille välittyvät tunnekokemukset ovat yleensä automaattisia reaktioita tunteisiin (Nummenmaa, 2010, 76). Näiden reaktioiden kautta tunteet myös välittyvät helposti toisille ihmisille (Opetushallitus, 2013). Tunteet toimivat näin pohjana ihmisten väliselle vuorovaikutukselle (Puolimatka, 2011, 347). Tunne-elämän kannalta on tärkeää, että ihminen pystyy myötelämään myös toisten ihmisten tunteita. On myös hyvä ymmärtää ja huomioida, että omat tunteet vaikuttavat myös muiden ihmisten tunteisiin. (Kokkonen, 2017, 19.) Kaiken kaikkiaan voidaan siis todeta, että tunteet aiheuttavat ihmisessä moninaisia ilmiöitä ja ne vaikuttavat ihmiseen niin kognitiivisesti kuin fysiologisesti. Lisäksi ne vaikuttavat toiminnassa ihmisen motivaatioon ja ilmaisuun. (Boekaerts & Pekrun, 2016.)

3.2 Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot

Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot, eli vuorovaikutus- ja tunnetaidot koostuvat useista eri taidoista, joiden kehityksen avulla lapsi oppii käsittelemään tunteitaan ja toimimaan sosiaalisessa ympäristössään. Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot nivoutuvat kiinteästi yhteen, mutta niitä voidaan joissakin tapauksissa tarkastella myös erikseen. (Ahonen, 2017, 16.) Sosiaaliin ja emotionaaliin taitoihin kuuluu kyky ymmärtää, hallita ja ilmaista sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja (Youngstrom ym., 2000). Näitä taitoja ovat muun muassa tunteiden tunnistaminen ihmisten nonverbaalisten viestien, kuten esimerkiksi äänensävyn, kasvonilmeiden ja liikkeiden, avulla. Näihin taitoihin kuuluu myös sosiaalinen ymmärtäminen ja sosiaalisia tilanteita koskeva päättely, joihin sisältyy toisten ihmisten tavoitteiden ja tunteiden syiden ymmärtäminen, sekä sosiaalisissa tilanteissa toimiminen ongelmitta. (Poikkeus, 2011, 87.) Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot auttavat lasta hallitsemaan erilaisia elämässä tarvittavia

taitoja, kuten oppimista, ihmissuhteiden luomista, jokapäiväisten ongelmien ratkaisua sekä mukautumaan kasvun ja kehityksen tuomiin haasteisiin (Youngstrom ym., 2000). Hyvät sosiaaliset ja emotionaaliset taidot auttavat lasta luomaan ihmissuhteita niin aikuisten, kuin oman ikäisten lasten kanssa (Ashiabi, 2007) ja nämä ihmissuhteet tukevat lapsen sosiaalista ja emotionaalista hyvinvointia (Ahonen, 2017, 22). Sosiaaliset ja emotionaaliset taidot kehittyvät lapsen ollessa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa ja kyseiset taidot rupeavat kehittymään jo vastasyntyneellä vauvalla. (Ahonen, 2017, 16&17; Kurki, 2017, 65; Pihlaja, 2018.) Lapsen tunnetaidot siis kehittyvät ympäristöstä saatujen kokemusten ja havaintojen perusteella (Pihlaja, 2018).

Kyky tunnistaa ja tulkita omien tunteiden lisäksi myös muiden ihmisten tunteita nähdään hyvänä tunnetaitona (Ahonen, 2017, 21). Samoihin aikoihin, kun lapsi oppii ilmaisemaan, ymmärtämään ja säätelemään omia tunteitaan, hän oppii myös ymmärtämään toisten tunteita. Tätä taitoa kutsutaan empatiaksi. (Whitebread, 2012, 28.) Ahosen (2017, 21) mukaan empatia onkin yksi tärkeimmistä tunnetaidoista. Voidaan todeta, että empatiakyvykkäät lapset havaitsevat herkemmin toisten tunnetiloja sekä ymmärtävät toisten tunteita paremmin kuin lapset, joiden empatiakyky ei ole vielä kehittynyt (Ahonen, 2017, 21). Lasten tehtävänä on siis oppia ilmaisemaan itseään, ymmärtämään omia ja toisten tunteita sekä kyetä säätelemään ja kontrolloimaan tunteitaan (Whitebread, 2012, 28).

Tunnetaidot ovat elintärkeitä lapsen sosiaaliselle kehitykselle, sillä kyseisten taitojen avulla lapsi pystyy solmimaan kaverisuhteita, eläytymään toisen asemaan sekä kykenee pärjäämään elämän iloissa ja pettymyksissä. (Whitebread, 2012, 28.) Yhdessä toimiminen ja yhteinen tekeminen nähdään merkittävimpänä osana lapsen sosiaalista kehitystä. Tämä kehitys jatkuu läpi koko elämän. (Pihlaja, 2018.) Lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät ensin lapsen lähimmän hoitajan tuen avulla. Lapsen kasvaessa kasvaa myös sosiaalinen ympäristö, jossa lapsi on osallisena. Näin ollen lapsen sosiaaliseen kehitykseen tulee osalliseksi myös toiset ihmiset. (Ahonen, 2017, 17.) Sosiaalisuus nähdään taitona ottaa toiset huomioon ja olla toisten kanssa vuorovaikutuksessa (Pihlaja, 2018). Ahonen (2017, 21) toteaaakin, että ”toimivan sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytyksenä on tunnistaa, milloin toisella on vaikkapa paha mieli, ja pyrkimys selvittää, mistä paha mieli kumpuaa” (Ahonen, 2017, 21). Pihlajan (2018) mukaan terve sosiaalisuus perustuu riittävään psyykkiseen erillisyyteen toisista ihmisistä sekä riittävään yhteisöllisyyden kokemiseen (Pihlaja, 2018). Varhaiskasvatuksen ammattilaisten, kuten esimerkiksi varhaiskasvatuksen opettajan, tärkeä tehtävä on auttaa lapsia selviytymään

itsenäisesti ilman jatkuvaa aikuisen tukea. Tärkeää tämän tehtävän suoriutumisen kannalta on ymmärtää lasten taitojen kehitys lapsen varhaisten ikävuosien aikana. (Whitebread, 2012, 28.)

Lasten sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehittymisen tukeminen on erityisen tärkeää varhaiskasvatuksessa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että sosiaaliset ja emotionaaliset taidot ennustavat parempaa kouluvalmiutta. (Denham, 2006.) Pakarinen, Salminen, Lerkkanen & von Suchodolezt (2018) ovat tutkimuksessaan todenneet, että hyvät yhteistyötaidot ennustavat laajempaa sanavarastoa ja näin tukevat myös lukemaan oppimisen taitoja. Paremmat lukemaan oppimisen taidot vähensivät häiriökäyttäytymistä. Tutkimukset tulokset korostivatkin sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen ja lukemaan oppimisen taitojen yhteyttä (Pakarinen ym., 2018.) Myös aikaisemmat tutkimukset osoittavat, että paremmilla varhaisilla sosiaalisilla ja emotionaalisilla taidoilla on yhteys myöhempään elämässä menestymiseen, esimerkiksi koulutuksen ja työelämän osalta (Ahonen, 2017, 22; Jones, Greenberg & Crowley, 2015). Jones ja kollegat (Jones ym., 2015) ovatkin todenneet, että heikommat varhaiset sosiaaliset ja emotionaaliset taidot ovat yhteydessä heikompaan menestykseen myöhemmin elämässä. Heikompi menestys voi näyttäytyä esimerkiksi rikollisuutena, mielenterveysongelmina tai huumausaineiden käyttönä. (Jones ym., 2015.)

3.3 Tunteidensäätely osana itsesäätelyä

Itsesäätelytaito on olennaisin osa sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja. Itsesäätelytaidot auttavat lasta luomaan merkityksellisiä sosiaalisia suhteita muiden ihmisten kanssa. (Ahonen, 2017, 18&19.) Aron (2011a) ja Saarnin (1997) mukaan itsesäätely nähdään taitona, jonka avulla ihminen pystyy hallitsemaan mukautuvasti ja joustavasti omia tunteitaan, tekojaan ja ajatuksiaan erilaisissa sosiaalisissa ja fyysisissä tilanteissa (Aro, 2011a; Saarni, 1997). Itsesäätelyä tarkasteltaessa tunne-elämän kannalta itsesäätelytaidot painottavat lapsen kykyä tunnistaa ja käsitellä omia ja muiden tunteita. Itsesäätelytaidot auttavat lapsia myös ymmärtämään toisten tunteita. (Eisenberg, Smith & Spinard, 2011.) Kun lapsen itsesäätelytaidot kehittyvät, oppii lapsi myös säätelämään omia tunteitaan. Tunteiden säätelyn avulla lapselle syntyy ymmärrys siitä, miten hänen tulee toimia erilaisissa tilanteissa ja miten hänen toimintansa vaikuttaa muihin ihmisiin. Lapsi siis oppii säätelämään omaa toimintaansa. Heikko tunteiden säätely näyttäytyykin yleensä lapsilla ei toivottuna ja impulsiivisena käyttäytymisenä. (Ahonen, 2017, 19&20.)

Haasteen tunteiden ja käyttäytymisen säätelylle luo voimakkaat ja negatiiviset tunteet, kuten esimerkiksi viha ja pettymys. Lisäksi haasteita käyttäytymisen säätelylle luo sosiaalisissa tilanteissa vaaditut käyttäytymistavat. Tällaisia vaadittuja käyttäytymistapoja voi olla varhaiskasvatuksessa esimerkiksi yhteisillä toimintahetkillä, jolloin lapsilta odotetaan, että he eivät häiritse toimintaa. Tällöin lasten tulee kyetä estää ensisijaiset toimintayllykkeensä, kuten esimerkiksi kaverille jutteleminen. (Aro, 2011a). Myös kyvyllä säädellä omia ajatuksia on vaikutus siihen, miten lapsi käyttäytyy. Ajatuksiaan säätelemällä lapsi kykenee säätelemään muistiaan, tarkkaavaisuuttaan sekä kykenee arvioimaan ja suunnittelemaan toimintaansa. (Ahonen, 2017, 19&20.) Tämän tutkielman kannalta itsesäätelytaidoista oleellisin on tunteiden säätelytaito.

Tunteiden säätely perustuu yksilöllisiin valmiuksiin hallita ja ilmaista omia tunteita (Boekaerts & Pekrun, 2015). Tunteiden säätelyllä pyritään hillitsemään sitä, kuinka pitkään ja voimakkaasti ihminen tuntee kuormittavia tunteita. Tunteiden säätelyn avulla ihmismielessä ja -kehossa säilyy hyvinvoinnin kannalta tasapainoinen olo. (Kanninen & Sigfrids, 2012, 82; Kokkonen, 2017, 20.) Vaikka tunteiden tehtävänä on muokata ihmisen käyttäytymistä, tunteet eivät aina kuitenkaan näyttäydy suoraan ihmisen toiminnassa. Ihminen pystyy säätelemään tunteitaan muokkaamalla tietoisesti kokemiaan tunnereaktioita ja niiden vaikutusta toimintaansa. Jotta ihminen pystyy hallitsemaan omia tunteitaan, hänen tulee ymmärtää, miten niitä voidaan säädellä erilaisissa tilanteissa eri keinojen avulla. (Nummenmaa, 2010, 148.) Tunteiden säätelyä tapahtuu ihmisten välisissä vuorovaikutustilanteissa myös tiedostamatta. Vuorovaikutustilanteissa tapahtuva huomaamaton toisen ihmisen ilmeiden, eleiden ja kehon asentojen matkiminen johtaa tunteiden säätelyyn. (Kokkonen, 2017, 29.) Nummenmaa (2010, 160) korostaa että tunteiden säätely on yksilöllistä jokaisella ihmisellä. Tätä taitoa voidaan kuitenkin oppia ja opettaa. (Nummenmaa, 2010, 160.) Mitä aikaisemmin lasta tuetaan ja hänelle annetaan mahdollisuuksia kehittää omia tunteiden säätelyn taitojaan, sitä paremmin lapsi pystyy myös käsittelemään ja kestämään myöhempiä stressin ja turhautumisen tunteita. (Eisenberg ym., 2011.)

Veijalaisen, Reunamon ja Alijoen (2017) tutkimuksen mukaan lapsilla, joilla oli heikommät itsesäätelytaidot, oli vaikeuksia kohdata toisten tunteita. Heidän kiintymyksensä ja suhteensa varhaiskasvatuksen henkilökuntaan oli myös etäisempi. Lisäksi heillä oli vaikeuksia kohdata vaikeita ja haastavia tilanteita sekä he tarvitsivat tilanteisiin enemmän apua ja tukea. Tutkimus osoitti myös, että läheisemmissä sosiaalisissa suhteissa lapset kykenivät paremmin säätelemään omaa toimintaansa. Tällöin lapset pystyivät myös auttamaan kaveria itsesäätelyssä.

(Veijalainen ym., 2017.) Myös Kurjen (2017, 62) tutkimuksessa tuli esille lasten sosiaalisten taitojen ja toiminnan säätelyn yhteys. Lapset, joilla oli paremmat sosiaaliset taidot, pystyivät keskittämään huomionsa tehtävään, vaikka he kohtasivat siinä haasteita. Lapset, joilla oli heikommat sosiaaliset taidot, todennäköisemmin keskeyttivät tehtävän teon ja vaihtoivat sen toiseen. (Kurki, 2017, 62.)

Voidaankin todeta, että lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta itsesäätelytaitojen hallitseminen on erittäin tärkeää. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tehtävänä on ymmärtää lasten itsesäätelytaitojen monipuolisuus, ja kuinka se vaikuttaa muihin tärkeisiin taitoihin, joita lapset tarvitsevat jokapäiväisessä elämässä. Tutkimus osoittaa, että itsesäätelytaidot eivät ole erillisiä, vaan niitä tulisi tarkastella kokonaisvaltaisena joukkona erilaisia taitoja. Eri itsesäätelyn osa-alueet kietoutuvat toisiinsa merkityksellisellä tavalla. (Veijalainen ym., 2017.)

3.4 Sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen sekä itsesäätelyn yleinen kehitys varhaislapsuudessa

Kuten jo aikaisemmin on tullut ilmi, sosiaaliset ja emotionaaliset taidot sekä itsesäätely kehittyvät lapsen ollessa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa ja kyseiset taidot rupeavat kehittymään jo vastasyntyneellä vauvalla. (Ahonen, 2017, 16&17; Kurki, 2017, 65; Pihlaja, 2018.) Jo syntymästä saakka tunteet ovat osa lapsen elämää, sillä jo vastasyntynyt vauva viestii sisäisiä tuntemuksiaan aikuiselle esimerkiksi itkun avulla (Nummenmaa, 2010, 165). Vauva oppii varhaisessa vaiheessa tunnistamaan tunteita toisen ihmisen kasvojen ilmeistä, eleistä ja äänensävyistä (Aro, 2011b; Pihlaja, 2018), sekä liittämään tunnepohjaisia merkityksiä ihmisiin ja asioihin (Pihlaja, 2018). Vauvan ja hoitajan välisen vuorovaikutuksen myötä vauva oppii vähitellen säätelämään toimintaansa (Aro, 2011b). Vauvan ja hoitajan välistä vuorovaikutussuhdetta tarkasteltaessa on tärkeää muistaa, että vauva ei pysty kokemaan ja viestimään omia tunteitaan samalla tavoin kuin aikuinen. Kuitenkin tunteiden kokemisen, ilmaisun ja säätelyn taidot kehittyvät varhaislapsuudessa nopeasti. (Nummenmaa, 2010, 166.) Tätä kehitystä tukee vuorovaikutuksen lisäksi lapsen kognitiivinen kehitys (Aro, 2011b).

Berger (2014, 182) on Ahosen (2017, 16&17), Kurjen (2017, 65) ja Pihlajan (2018) kanssa samaa mieltä siitä, että tunteet alkavat kehittyä heti lapsen synnyttyä. Hänen mukaansa vastasyntynyt vauva kykenee tuntemaan tyydytystä ja hätää. (Berger, 2014, 182.) Nummenmaan (2010, 169) mukaan vauvat ilmaisevat ja viestivät tunteensa pääsääntöisesti oman äänensä avulla, kuten esimerkiksi itkemällä (Nummenmaa, 2010, 169). Syntymän jälkeen

tunnetaidot alkavat kehittymään. Jo kuuden viikon ikäinen vauva hymyilee sosiaalisesti. Kolmen kuukauden ikäisenä vauva kykenee nauramaan ja hänestä tulee utelias. Neljän kuukauden jälkeen vauva oppii vastavuoroiseen hymyilyyn ja hän kykenee tuntemaan vihan tunteita. Noin vuoden ikäisenä lapsen pelon tunteet heräävät. Pelko voi kohdistua sosiaalisiin tilanteisiin, kuten vieraisiin ihmisiin sekä yllättäviin ääniin ja näköärsykkeisiin. Yksi ja puoli vuotiaana lapsen itsetietoisuus kehittyy ja samalla heräävät myös ylpeyden, häpeän ja noloistumisen tunteet. (Berger, 2014, 182.)

Omien ja muiden tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen sekä tunteiden ilmaiseminen ja tulkinta ovat varhaislapsuudessa tapahtuvan emotionaalisen kehityksen merkittävimmät taidot. Yhden vuoden iässä lapsella voidaan havaita empatiaa, jolloin lapsi pystyy samaistumaan toisen pahaan oloon. Lapset kokevatkin herkästi ympärillään havaitsemiaan tunteita, jolloin esimerkiksi itku tarttuu herkästi lapsesta toiseen. Lapsen kielellisten taitojen ja ajattelukyvyn kehittyessä, kehittyvät myös lapsen empatiataidot. Tällöin hän kykenee paremmin asettumaan toisen ihmisen asemaan ja pystyy näin ymmärtämään paremmin toisten tunteita ja aikomuksia sekä pyrkii lohduttamaan toista. (Pihlaja, 2018.) Jotta lapsi pystyy ymmärtämään toisten ihmisten tunteita, tulee hänen kyetä tunnistaa toisten tunneilmaisuja (Nummenmaa, 2010, 169). Viisivuotiaana lapsi tunnistaa ja nimeää jo useita eri tunteita ja samaan aikaan lapsi oppii ymmärtämään, että erilaiset elämäntilanteet voivat tehdä toisen ihmisen surulliseksi. Näin lapsi tuntee empatiaa toisen elämäntilannetta kohtaan. (Pihlaja, 2018.) Esikouluikään tultaessa lapsi kiinnittää jo enemmän huomiota omaan käyttäytymiseen ja tunteiden ilmaisuun. Näiden taitojen avulla hän kykenee solmimaan ystävyys-suhteita ja saamaan hyväksyntää vertaisiltaan. (Aro, 2011b.)

Lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät lapsen kasvun ja oppimisen myötä (Pihlaja, 2018). Yhden ikävuoden jälkeen taaperoiässä olevalle lapselle kehittyy kiinnostus ja kyky matkia muita ihmisiä, mikä mahdollistaa uusien taitojen oppimisen muiden ihmisten avulla. Tämän myötä lapsen käyttäytymismahdollisuudet kasvavat sekä hän oppii toimimaan erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa toivotulla tavalla. (Aro, 2011b). Lapsen kasvaessa hänen sosiaalisia taitojaan ovat muun muassa yhdessä juokseminen, kotileikin leikkiminen esineiden avulla, toisten lasten silittäminen sekä toisten lasten kutsuminen leikkiin (Pihlaja, 2018). Samoihin aikoihin lapsi alkaa kiinnittämään huomionsa sosiaalisiin sääntöihin ja sisäistämään niitä aikuisen tuen avulla (Aro, 2011b). Lapsen tullessa viiden vuoden ikään hänen leikkitaitonsa ovat kehittyneemmät ja hän kykenee ylläpitämään leikkiä jo pitkiäkin aikoja. Tässä iässä lapsen yleisiä sosiaalisia taitoja ovat Pihlajan (2018, 148) mukaan “neuvottelu, vuorottelu ja oman toiveen tai halun

täyttymisen odottaminen”. Myös lelujen jakaminen toisten lasten kanssa nähdään tärkeänä sosiaalisena taitona ja epäitsekkyuden osoittamisena tässä iässä. (Pihlaja, 2018, 148.)

Lapsen itsesäätelyn kehittymiseen vaikuttavat hänen luontaiset ominaisuutensa ja taidot sekä vuorovaikutussuhteet. Itsesäätelytaidon kehitykseen vaikuttavat myös muun muassa lapsen reagoitavuudet, kyky ymmärtää ja hallita itseään ja ympäristöään, käsitykset itsestä ja muista sekä lapsen saama palaute omasta toiminnasta. Lisäksi siihen vaikuttaa hermoston ja kognitiivisten ominaisuuksien kehitys. (Aro, 2011a.) On kuitenkin tärkeää tiedostaa, että itsesäätelyn kehitys etenee jokaisella lapsella yksilöllisesti. Tämä voi aiheuttaa isoja eroja lasten välillä, vaikka he olisivat saman ikäisiä. (Aro, 2011c.) Kun lapsi saa mahdollisuuden vaikuttaa ympäristöönsä ja saa vaikutusmahdollisuuksistaan onnistumisen kokemuksia, vahvistuu lapsen tunteet itsestään vaikuttavana ja kykenevänä yksilönä. Nämä edesauttavat lapsen itsesäätelyn kehitystä. Voidaankin todeta, että onnistunut itsesäätely kannustaa lasta kattavampaan itsesäätelyyn. Ilman vaikuttamisen ja hallinnan kokemuksia lapsi ei saa kokemusta ympäristönsä hallitsemisesta ja kokemisesta. Tämä voi johtaa siihen, että lapsi ei enää yritä hankkia itselleen näitä kokemuksia ja hänen itsesäätelytaitonsa eivät pääse kehittymään. Myös lapsen tarpeiden laiminlyönti ja ympäristössä tapahtuva mittavat muutokset sekä kehitykselliset haasteet voivat vaikuttaa lapsen itsesäätelykyvyn kehitykseen. (Aro, 2011b.)

Lapsen tunteiden säätelykyvyn kehittymiselle varhaiset kokemukset rauhoittavasta hoitajasta sekä lohdutetuksi tulemisesta ovat merkittäviä tekijöitä (Aro, 2011b). Tarkasteltaessa eri ikäisten lasten toimintaa, voidaan huomata, että tunteiden säätely kehittyy nopeasti. Puolen vuoden ikäisenä vauva pystyy vaikuttamaan motoristen kykyjen ja tarkkaavaisuuden suuntaamisen avulla vireystilaansa. Lapsen kasvaessa ja edeltä mainittujen taitojen kehittyessä paranee lapsen kyky säädellä tunteitaan ja toimintaansa. (Aro, 2011a.) Silvénin, Mattisen, Lepolan ja Husun (2013) mukaan puolivuotias lapsi kykenee osoittamaan riemun ja suuttumuksen tunteita, mitkä säätelevät kehittyvää vuorovaikutusta. Yhden vuoden ikäisenä lapsi osaa tulkita toisten tunteita sekä kiinnostuksen kohteita ja pyrkii säätelemään omaa toimintaa toisen tunnetiloja seuraamalla. (Silvén ym., 2013.)

Tunteiden säätely kehittyy erityisen nopeasti lapsen kolmannen ikävuoden aikana ja sen jälkeen. Tässä iässä lapset oppivat yhdistämään kasvojen ilmeitä tiettyihin tunnetiloihin sekä ymmärtävät tunteiden vaikutuksen omaan toimintaansa. Noin kolmen vuoden iässä lapset oppivat huomaamaan, että tietyissä tilanteissa syntyy tietynlaisia tunteita sekä ymmärtävät kuinka omilla tunteilla voi olla merkitystä toisen toimintaan. Tunteiden säätelyn kehittymiseen

vaikuttaa merkittävästi kielellisten taitojen kehitys, jonka takia tunteiden tunnistamisen ja säätelyn kehittyminen on nopeaa juuri kolmannen ikävuoden jälkeen. (Aro, 2011b.) Lapsen taidot siis kehittyvät sitä mukaa, mitä vanhemmaksi hän tulee.

Lapsen käyttäytymisen säätelyn kehitys alkaa näkymään lapsen ollessa taaperoikäinen. Ensimmäisiä merkkejä tästä ovat lapsen pyrkimykset jakaa asioita ja esineitä muiden kanssa sekä yritykset toisten lohduttamisesta. Tässä iässä lapset eivät kuitenkaan hallitse vielä täysin omia taitojaan, eivätkä ymmärrä omien kykyjensä rajoja. Tämän takia taaperoikäiset lapset joutuvat monesti kohtaamaan epäonnistumisen kokemuksia joutuessaan ristiriitoihin ympäristön kanssa. Epäonnistumisen kokemukset aiheuttavat lapselle yleensä turhautumisen ja pettymyksen tunteita, jotka näkyvät lapsen käytöksessä kiukunpuuskina, sillä epäonnistumiset ovat vastoinikäymiä lapsen kehittyvälle käsitykselle itsestä ja omasta kyvykkyydestä. Lapset tarvitsevat aikuisen tukea näiden epämiellyttävien tunteiden läpikäymiseen sekä oman käyttäytymisen säätelyyn. Aikuisen tuen tarve vähenee lapsen kasvaessa. Esikouluikäinen lapsi kykenee jo huomattavasti taitavammin säatelemään omaa käyttäytymistään. Hänelle onkin kehittynyt enemmän sisäisiä näkemyksiä erilaisten asioiden tekemisestä. Tämän myötä hän on siirtymässä ulkoisesta, muiden avustamasta, käyttäytymisen säätelystä sisäiseen säätelyyn, joka lähtee hänestä itsestään. (Aro, 2011b.)

Hoivaavat kokemukset auttavat lasta hyväksymään paremmin aikuisen laatimat rajat hänen käyttäytymiselleen ja tunteiden ilmaisulle. Lapsen itsesäätelytaitojen kehittyessä vähenee aikuisen vastuu lapsen toiminnan säätelystä. Sen sijaan aikuisen tehtävänä on tukea lapsen pyrkimystä itsenäistymiseen eli autonomiaan. Tällainen aikuisen käyttäytyminen edistää lapsen suotuisaa kehitystä, tukee itsetuntoa, koulumenestystä ja tunne-elämää aina nuoruusikään asti. (Silvén ym., 2013.) Aikuisen ja lapsen väliset vuorovaikutuskokemukset tukevat kiintymyssuhteen rakentumista sekä ovat perustana myös muiden sosiaalisten suhteiden syntymiselle (Aro, 2011b).

3.4.1 Turvallinen kiintymyssuhde sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen perustana

Kiintymyssuhde syntyy lapsen ja lapselle turvallisen aikuisen välille tunnesiteen kautta. Tällaiseen turvalliseen aikuiseen lapsi turvautuu varsinkin silloin, kun hän kokee hätää tai pelkoa. Suhteen kehittymisen kannalta on tärkeää, miten aikuinen suhtautuu ja vastaa lapsen tarpeisiin. Lapsen ja aikuisen välisen tunnesiteen pohjalta syntyy kiintymysmalli. Kiintymysmalli perustuu lapsen kokemuksiin ja mielikuviin häntä hoitavasta aikuisesta sekä

hoivan laadusta. Myös aikuisen toiminnalla lapsen pelästyessä on merkitystä kiintymysmallin rakentumiseen. Kiintymysmallin muodostumisen kannalta on tärkeää, saako lapsi aikuisen tukea sitä tarvittaessa vai ei. Kiintymysmalli voi rakentua esimerkiksi turvalliseksi tai turvattomaksi. (Rusanen, 2011, 27&58.) Kun lapsi solmii kiintymyssuhteen hänelle tärkeän aikuisen kanssa, suhde tuo hänen elämäänsä turvaa, lohtua ja hoivaa (Silvén ym., 2013). Tässä tutkielmassa keskitytään erityisesti turvalliseen kiintymyssuhteeseen, sillä se toimii sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen pohjana.

Kiintymyssuhteen kannalta merkittävä tunneside rakentuu jo lapsen ensimmäisinä elinkuukausina. Kun tunneside on vahva, aikuinen on aidosti kiinnostunut lapsen viesteistä ja ymmärtää hänen tarpeitaan. Heidän välisensä viestintä on tärkeää lapsen myöhempien kognitiivisten taitojen kehityksen kannalta. Jotta kiintymyssuhde pääsee rakentumaan, tulee aikuisen olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa eikä jäädä passiivisesti seuraamaan lapsen aloitteita. Aikuinen tulee myös itse tehdä aloitteita lasta kohti. Kuitenkin liialliset aikuisen asettamat vaatimukset lasta kohtaan voi johtaa aikuisen ja lapsen välisen vuorovaikutuksen heikkenemiseen. (Rusanen, 2011, 37&38, 199.) Whitebread (2012, 23) toteaa, että yleisesti ajatellen kaikki lapset ovat kykeneväisiä luomaan turvallisia kiintymyssuhteita sekä vastaamaan positiivisesti sensitiiviseen vuorovaikutukseen (Whitebread, 2012, 23).

Päivittäisten vuorovaikutus- ja hoivatilanteiden pohjalta kiintymyssuhde lapsen ja aikuisen välillä muodostuu turvalliseksi tai turvattomaksi (Laakso, 2011). Aikuinen on vastuussa siitä, minkälaiseksi kiintymyssuhde rakentuu. Turvallisessa kiintymyssuhteessa aikuinen on onnistunut tutustumaan lapseen sekä kyennyt vastaamaan hänen hätäänsä ja aloitteisiin. Turvattomassa kiintymyssuhteessa aikuinen ei ole onnistunut tässä tehtävässä ollenkaan tai hän on onnistunut vain osittain. (Rusanen, 2011, 58.) Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi luottaa siihen, että hän saa tukea omiin tunneilmaisuihin sekä osaa käyttää kiintymyssuhteessa opittuja selviytymisstrategioita, kuten tunteiden säätely keinoja. Myös turvattomassa kiintymyssuhteessa olevat lapset käyttävät oppimiaan strategioita, jotka eivät välttämättä kuitenkaan tue tilannetta, jossa lapsi niitä käyttää. Esimerkiksi turvaton lapsi voi liioitella tunneilmaisujaan tai vastaavasti vetäytyä tilanteesta. (Laakso, 2011.)

Kannisen ja Sigfridsin (2012, 35) sekä Rusasen (2011, 272) mukaan turvallisen kiintymyssuhteen avulla lapsi kykenee tunnistamaan ja ilmaisemaan tunteita, säätelämään itseään paremmin, toimimaan sosiaalisissa tilanteissa sekä käsittelemään paremmin stressitekijöitä. Heidän mukaansa turvallinen kiintymyssuhde vähentää myös lapsen haastavaa

käyttäytymistä. (Kanninen & Sigfrids, 2012, 35; Rusanen, 2011, 272.) Turvallisesti kiintynyt lapsi turvautuu myös myöhemmässä elämässä helpommin toisiin ihmisiin sekä kykenee ottamaan apua vastaan tunteidensa säätelyyn (Kokkonen, 2017, 88; Rusanen, 2011, 270). Lisäksi turvallinen kiintymyssuhde ennustaa parempaa sosiaalista menestymistä ja oppimista sekä on yhteydessä pienempään riskiin kokea mielenterveysongelmia (Rusanen, 2011, 270).

Kiintymyssuhde voi järkkäyä silloin, kun lapsi joutuu eroon hänelle tärkeästä ja turvallisesta aikuisesta. Mitä pienempi lapsi on, sitä suurempi järkytys eron tullessa voi olla. Myös tärkeän aikuisen korvaavan hoivan laadulla on vaikutus lapseen. Lapsi voi kuitenkin kokea laadukkaankin hoivan puutteellisena pelkästään ympäristön ja ihmisten muuttumisen takia. Yleisesti ottaen lapsi muodostaa ensisijaisesti kiintymyssuhteen omaan vanhempansa. Lapsi voi myöhemmin luoda myös toissijaisia kiintymyssuhteita muihin aikuisiin, kuten varhaiskasvatuksessa toimiviin aikuisiin. (Rusanen, 2011, 30&194.) Kiintymyssuhde rakentuu varhaiskasvatuksessa samalla tavoin kuin kotonakin (Silvén ym., 2013). Myös Whitebread (2012, 21&25) toteaa, että lapsi voi luoda useita turvallisia kiintymyssuhteita, esimerkiksi varhaiskasvatuksessa työskenteleviin aikuisiin, ja hyötyä niistä. Hänen mukaansa kuitenkin varhaisten kiintymyssuhteiden ja lapsen emotionaalisen hyvinvoinnin kannalta merkityksellisempää on vuorovaikutussuhteen laatu ja johdonmukaisuus, kuin se, kuinka pitkäaikainen suhde on tai kenen kanssa suhde on luotu. (Whitebread, 2012, 21&25.) Kasvattajien keskeisimpänä tehtävänä on lapsen turvallisuuden tunteen tukeminen niin kotona kuin varhaiskasvatuksessa. Turvalliset kokemukset edesauttavat lapsen suotuisaa kehitystä. Lapsen hyvinvointi ja kehittyvät taidot lisäävät myös kasvattajan luottamusta omiin taitoihinsa kasvattajana. (Silvén ym., 2013.)

Lapsen on helpompi kiinnittyä osaksi varhaiskasvatusryhmää, kun hänellä on turvallinen kiintymyssuhde yhden hoitajan kanssa. Lapset, joilla on turvallinen kiintymyssuhde, ilmaisevat tunteitaan avoimesti sekä rauhoittuvat helpommin negatiivisista tunteista, kuten eroahdistuksesta luotettavan hoitajan avulla. (Colmer, Rutherford & Murphy, 2011.) Lapsen kiintymyssuhteen muodostumista varhaiskasvatuksessa toimivaan aikuiseen tulisi tukea. Onkin luonnollista, että lapsi valikoi henkilökunnasta yhden aikuisen, johon hän kiintyy enemmän kuin muihin ja johon hän luottaa ja tukeutuu. Kiintymyssuhteen rakentumisen kannalta samoissa pienryhmissä toimiminen säännöllisesti on merkittävässä asemassa. Näissä tilanteissa pienryhmän aikuisen ja lasten välille muodostuu erityinen tunneyhteys, jonka pohjalta kiintymyssuhde pääsee muodostumaan. (Rusanen, 2011, 29&208.) Kiintymyssuhteen

muodostuttua aikuinen saa tuettua lapsen oppimista syvällisemmin ja tehokkaammin (Colmer ym., 2011).

4 Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa

Tunnetaidot kehittyvät nopeasti ja syvällisesti varhaiskasvatusikäisellä lapsella. Kehityksen aikana lapsi harjoittelee tunnistamaan tunteita sekä nimeämään ja ilmaisemaan niitä. (Pihlaja, 2018.) Tämän takia tunnekasvatuksen merkitys on suuri varhaiskasvatuksessa. Myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016, 23) todetaan, että lapsella tulee olla mahdollisuuksia kehittää tunnetaitojaan sekä lapsia tulee tukea tunteiden ilmaisussa ja itsesäätelystä. Kun lasten kanssa harjoitellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään omia sekä muiden tunteita, lasten tunnetaidot vahvistuvat. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 19&23.) Tunnekasvatuksessa on erityisen tärkeää muistaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja, normaaleja ja luonnollisia, eikä mitään tunteita saa tukahduttaa (Webster-Stratton, 2011, 251). Tunnekasvatuksen yhtenä tehtävänä onkin tarjota lapsille monipuolisia keinoja purkaa ja käsitellä kaikenlaisia tunteita (Pihlaja, 2018).

Yleisesti ottaen kasvatuksessa on arvostettu tunteiden tunnistamisen, niiden ilmaisemisen, harjoittamisen ja arvioimisen kehittymistä. Voidaan todeta, että ihmisten väliset suhteet etäännyvät ilman tunneperäistä avoimuutta, empatiaa sekä rakkautta. (Puolimatka, 2011, 349.) Kaiken vuorovaikutuksen taustalla ovatkin tunteet. Tunteet tekevät ihmisten välisistä suhteista laadukkaampia, pysyvämpiä ja mielekkäämpiä. Lisäksi tunteiden avulla ihmiset pystyvät viestimään. Ihmiset kykenevät ymmärtämään ja tuntemaan toisten kielellisiä, fyysisiä sekä intuitiivisia viestejä ja tunnekieltä. (Opetushallitus, 2013.) Lapset oppivat tunnekieltä ollessaan vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Tunnekielen opettelu keskeisimpänä tavoitteena on, että lapsi oppii nimeämään ja ymmärtämään tunteitaan. Kaikki tunteet tulisi sietää ja ymmärtää, eikä niitä saisi kieltää. Tunteiden sietäminen ja ymmärtäminen sekä tunnekielen oppiminen ovat siis keskeisiä osia tunnekasvatusta. (Pihlaja, 2018.)

Rautamiehen, Koivulan ja Vähäsantasen (2018) tutkimuksen mukaan varhaiskasvatuksen opettajien mielestä tärkeimmät tunnetaidot, jotka lapsille tulisi opettaa, ovat voimakkaiden tunteiden, kuten kiukun ja ikävän sietäminen ja hillitseminen. Lapsella vaikeiden tunteiden sietäminen ja hillitseminen tapahtuu ensin aikuisen tuen avulla ja myöhemmin itsenäisesti. Opettajien mielestä oli myös tärkeää, että lapsi kykenee vaikeita tunteita kohdatessaan turvautumaan aikuisen antamaan tukeen, sillä aikuisen antaman tuen avulla lapset oppivat tunnetaitojen lisäksi itsesäätelytaitoja sekä oman toiminnan ohjausta. (Rautamies ym., 2018.) Myös Are ja Shaffer (2016) korostavat aikuisen tuen merkitystä lapsen tunnetaitojen kehittymiselle. Heidän mukaansa lapsen lähellä olevat aikuiset vastaavat tunteiden

sosialisaatiosta, joka tapahtuu niin tiedostamatta kuin tietoisestikin. Tunteiden sosialisatiossa lapsen lähellä olevat aikuiset, kuten vanhemmat tai kasvattajat, opettavat lapselle tunteiden ymmärtämistä, kokemista, ilmaisua ja säätelyä omalla esimerkillään sekä näin pystyvät ohjaamaan lapsen käyttäytymistä. Lapsen ohjaaminen voi perustua lapsen ilmaisun aiheuttamaan aikuisen suoraan reaktioon tai aikuinen voi mallintaa erilaisia ilmaisutapoja lapselle. (Are & Shaffer, 2016.) Näitä edellä mainittuja tunneaitoja voidaan harjoitella yhteisillä tuokioilla sekä normaaleissa arkitilanteissa.

4.1 Tunnekasvatuksen menetelmiä varhaiskasvatuksessa

Riihosen (2013) mukaan lapsen tunteiden säätelytaidot kehittyvät parhaiten kodin sekä varhaiskasvatuksen arkisissa tilanteissa (Riihonen, 2013). Lasten sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen tukeminen onnistuu, kun kasvattaja havainnoi lasten kasvua ja kehitystä ja pohjaa kasvatuksen lasten leikkiin ja elämään. Näin kasvatusta on lapsilähtöistä ja se tukee lapsen olemassa olevien taitojen vahvistumista. Lapsen sosiaaliset ja emotionaaliset taidot voivat kehittyä leikkien, pelien, satujen, musiikin ja liikkumisen avulla. Lisäksi kasvattajien käytössä on olemassa erilaisia ohjelmia ja menetelmiä lasten tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen tukemiseen ja oppimiseen. (Pihlaja, 2018.) Seuraavissa kappaleissa on esitelty tunnetuimpia ja uusimpia tunnekasvatuksen materiaaleja ja menetelmiä varhaiskasvatukseen.

Askeleittain-ohjelman avulla voidaan edistää sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehitystä. Ohjelma koostuu kolmesta jaksosta, jotka ovat empatia, tunteiden säätely sekä ongelmanratkaisu. Ohjelmaan kuuluu jaksokortit, valokuvalliset oppituokiokortit, julisteet, käsinuket sekä musiikki, joita käytetään aktiivisesti arjessa ja opetustilanteissa. Ohjelma perustuu tutkimuspohjaiseen teoretietoon, jonka mukaan tunnetaidot ja sosiaaliset taidot kehittyvät opetuksen ja harjoittelun avulla. Askeleittain-ohjelman avulla lasten empatiataidot sekä omien ja muiden tunteiden tunnistamisen kyvyt kehittyvät. Lisäksi ohjelman avulla lapsi pääsee harjoittelemaan tunteiden säätelyä, esimerkiksi kiukun hallintaa. Ohjelmaan kuuluvan ongelmanratkaisu jakson aikana lapset harjoittelevat muun muassa toisten kanssa leikkimistä sekä toisten kohteliasta keskeyttämistä. (Makkonen, 2005.)

Tunteet tutuksi -korttien avulla voidaan lasten kanssa harjoitella monipuolisia tunneilmaisuja, kehittää keinoja hallita arjessa kohdattavia haastavia tilanteita sekä pohtia sopivia ratkaisuja pulmallisiin tilanteisiin. Korttien avulla voidaan lasten kanssa keskustella itsetunnosta, muiden

kunnioittamisesta, myötätunnosta sekä tekojen seuraamuksista. Keskusteluita voidaan syventää esimerkiksi draaman tai kuvataiteen avulla. Korttisarja sisältää kolme eri teemaa, jotka jokainen pitävät sisällään monipuolisia käyttövinkkejä sekä tehtäviä. Nämä teemat ovat ”Tunnistatko tunteen?”, ”Miltä toisesta tuntuu?” sekä ”Miten toimit oikein?”. (Östberg & Tuomola, 2013.)

Tassun toimintakortit sisältävät monipuolisia tietoisuus- eli mindfulness-harjoituksia, joiden avulla harjoitellaan tietoisuustaitoja. Nämä taidot pitävät sisällään rauhoittumisen ja keskittymisen, sekä niiden myötä tunteiden tunnistamisen ja säätelyn. Tietoisuusharjoitukset auttavat lasta myös olemaan läsnä tässä hetkessä sekä arvostamaan hetkessä olemista. Havainnoimalla tunteitaan sekä harjoittelemalla olemaan läsnä lapset voivat oppia kontrolloimaan impulsseja. Tietoisuusharjoitusten avulla lapset voivat myös oppia esimerkiksi, kuinka heidän tulisi toimia stressaavissa tilanteissa. Lisäksi harjoitusten avulla voidaan oppia mielen toiminnasta. Tassun toimintakortit on jaettu neljään eri osa-alueeseen. Nämä osa-alueet ovat tietoinen hengittäminen, tietoinen aistiminen, tietoinen liike sekä tunnetietoisuus ja mindfulness-asenne. (Nyström, 2018.)

Myös Tipsun temppukirja pitää sisällään mindfulness- eli tietoisuusharjoituksia sekä myötätuntoharjoituksia, joita voidaan tehdä lasten kanssa. Harjoituksia edeltää aina aiheeseen sopiva satu, joka virittää lapsen harjoitukseen. Harjoitukset ja sadut käsittelevät useita erilaisia teemoja, kuten esimerkiksi ilon, kiittolisuuden sekä negatiivisten tunteiden kohtaamisen. Kirjassa esiintyvien harjoitusten avulla lapset oppivat tulemaan tietoisiksi siitä, miten keho, ajatukset ja tunteet reagoivat jokaiseen koettuun hetkeen. Tutkimuksissa on todettu, että mindfulness harjoitukset tukevat lapsen sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehitystä ja harjoitusten avulla lapset oppivat arvostamaan sekä itseään että muita. Lisäksi harjoitukset kehittävät lapsen kykyä rauhoittua, keskittyä sekä ohjata toimintaansa. (Markkanen & Qvist, 2018.)

Molli-satukirjan ja Molli hyvällä mielellä vai pahalla mielellä -tunteet taidoiksi -vihon avulla voidaan käsitellä erilaisia tunteita Molli-sadun kautta. Satukirjaan liittyvät erilaiset tehtävät on koottu vihkoon. Tehtävät pitävät sisällään satuun liittyviä kysymyksiä, leikkejä sekä kuvallisen ilmaisun harjoituksia. Tehtäviä vihossa on jokaiseen satukirjan aukeamaan liittyen. Kuitenkin vihkoa voidaan käyttää myös satukirjasta itsenäisesti harjoiteltaessa tunnetaitoja lasten kanssa. Vihko pitää sisällään myös Mollin tunnekortit, jotka auttavat lasta kertomaan omista tunteistaan sekä opettelemaan kuvissa olevia tunteita. Lasten kanssa voidaan myös pohtia tunnekorttien pohjalta, mihin tunteisiin Molli voisi tarvita apua ja minkälaista apu voisi olla. Molli-

satukirjassa sekä -tehtävävihossa esiintyviä teemoja ovat muun muassa uteliaisuus, jännitys ja pelko, kaipaus ja ikävä sekä rohkeus. (Haapsalo & Kirkkopelto, 2013.)

Eläinlasten elämää - mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin on materiaalipaketti, jonka avulla voidaan opettaa ja tukea tärkeitä mielenterveystaitoja, kuten tunteiden ilmaisua sekä toisten kannustamista ja lohduttamista. Materiaali koostuu kuudesta pöytäteatterihahmosta sekä tarinavihkosesta. Tarinat pitävät sisällään eläinlasten välisiä arjen tilanteita ja kommelluksia, joita lapset pääsevät seuraamaan ja selvittämään pöytäteatterin avulla. Materiaalissa on koottuna eri teemojen mukaisia tuokioita, joista kukin pitää sisällään viritysharjoituksen, pöytäteatteri työskentelyn sekä syventävän loppuharjoituksen. Viritysharjoitukset, kuten erilaiset leikit, keskustelut, kuvataidetyöskentely tai tanssiminen virittävät lapsen tuokion teemaan. Teema tulee vahvasti esille myös lapsille esitettävässä pöytäteatteri kohtauksessa. Pöytäteatteri kohtaus keskeytetään, kun siinä nousee esille ristiriitoja, jolloin lapset pääsevät miettimään ratkaisuja niihin. Lapsia kannustetaan miettimään erilaisia ratkaisuja, sekä niiden herättämiä tunteita. Lopuksi vielä voidaan tehdä erilaisia harjoituksia teeman syventämiseksi. Materiaalissa esille tulevia teemoja ovat muun muassa itsetunto ja kannustaminen, pelko, suru ja hyväksyminen. Olennaista materiaalin harjoituksissa ja tuokioissa on ohjaajan vuorovaikutus lasten kanssa, joka on hyväksyvä ja ihmettelevä. Lisäksi ohjaajan tulee rohkaista lapsia eettiseen pohdintaan. (Nurmi & Turunen, 2014.)

4.2 Varhaiskasvatuksen ammattilainen tunnekasvattajana

Aikuinen voi auttaa lasta säätelemään itseään virittäytymällä ja eläytymällä lapsen tunnetilaan. Luotettava ja turvallinen aikuinen voi auttaa lasta kestämään hänelle vaikeita tilanteita, ja auttaa lasta stressaavien ja vaikeiden tilanteiden yli. (Kokkonen, 2017, 87.) Lapsen kohdatessa haasteita omien tunteiden säätelyssä, esimerkiksi negatiivisen tunteen kohdatessa, aikuisen antama ulkoinen tunnetuki auttaa lasta säätelemään näitä tunteita (Boekaerts & Pekrun, 2015). Aikuisen toimintaan lapsen kanssa vaikuttavat aikuisen omat oletukset sekä odotukset lapsen taidoista säädellä itseään ja tunnetilojaan (Aro, 2011a).

Lapsen tunteminen ja riittävä havainnointi auttaa ymmärtämään lapsen viestejä ja tarpeita, jotta aikuinen voi tukea lasta oikealla tavalla. Aikuisen tuntiessa lapsen paremmin, hän myös pystyy ymmärtämään tämän tarpeita paremmin. Hoivaava ja välittävä kasvattaja osaa vastata lapsen tunnetarpeisiin esimerkiksi tarjoamalla lohdutusta, ottamalla lapsen murheet vakavasti sekä sanoittamalla lapsen tunteita. (Rautamies, Koivula & Vähäsantanen, 2018.) Aikuisen kykyyn

vastata lapsen tunnetarpeisiin vaikuttaa myös hänen oma lapsuudessaan kokema kiintymyssuhde. Jos aikuinen on itse kokenut lapsuudessaan myötätuntoa ja rakkautta, sitä on myös helpompi antaa eteenpäin. Kokemukset välinpitämättömyydestä voivat vaikuttaa siihen, että on itse aikuisena vaikeaa antaa ymmärrystä lapselle silloin, kun hän tarvitsee tukea. (Riihonen, 2013.)

Tärkeää lasten tunteiden hallinnan kehitykselle on varhaiskasvatuksen opettajana luoda ryhmään kannustava ilmapiiri, jossa hyväksytään erilaiset tunteet sekä niihin liittyvät reaktiot. Yhtenä apukeinona tunnekasvatuksessa opettaja voi hyödyntää itse käyttämäänsä tunnekieltä. (Webster-Stratton, 2011, 249&250.) Kun aikuinen kertoo ja ilmaisee itse erilaisia tunteitaan, hän näyttää sillä esimerkkiä lapsille, että kaikki tunteet ovat hyväksyttäviä ja niistä on hyvä oppia puhumaan toisten kanssa, eikä purkaa niitä negatiivisella tavalla (Pihlaja, 2018). Omalla toiminnallaan aikuinen auttaa lasta käsittelemään myös omia tunteitaan (Riihonen, 2013). Myös Köngäs (2018) tutkimus osoittaa, etteivät lapset jakaneet aikuisille tunteitaan, kun aikuiset eivät jakaneet omia tunteitaan lapsille. Sen sijaan lapset kääntyivät mieluummin vertaistensa puoleen. Köngäs toteaa, että ”aikuisten eleettömyys tai tunteiden teeskentely sai lapset tuntemaan epävarmuutta ja epäuskoa.” Tutkimuksessa tuli myös ilmi, että lapset ilmaisivat useammin tunteitaan, kuin aikuiset. (Köngäs, 2018, 158.)

4.2.1 Sosiokulttuurinen oppimisteoria

Sosiokulttuurisen teorian keskeisin ajatus on, että ihminen kehittyy dynaamisessa vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Kulttuuri sisältyy ihmisen kehitykseen jokapäiväisen sosiaalisen kanssakäymisen kautta. (Berger, 2014, 52.) Sosiokulttuurisen teorian mukaan kaikki oppiminen on sosiaalista, oli kyse mistä taidosta tahansa. Opettaja löytää oppilaan lähikehityksen vyöhykkeen kautta taidot ja tiedon, joita oppilas ei kykene saavuttamaan vielä ilman apua. (Berger, 2014, 53; Vygotsky, 1998, 204.) Lähikehityksen vyöhyke tarkoittaa taitoja, joita ihminen pystyy harjoittamaan vain toisen tuen avulla, eikä vielä hallitse niitä itsenäisesti (Berger, 2014, 219; Moll, 2014, 33&34; Vygotsky, 1998, 202-204). Se on alue lapsen oikeiden taitojen ja potentiaalisten taitojen väliltä (Whitebread, 2012, 128).

Lähikehityksen vyöhykkeellä annettava tuki (eng. scaffolding) tulee suunnitella yksilön kehityksen mukaisesti, jotta hän pystyy saavuttamaan lähikehityksen vyöhykkeellä sijaitsevia taitoja. Taitava kasvattaja pystyykin huomaamaan lapsen lähikehityksen vyöhykkeellä sijaitsevat taidot ja muokkaamaan opetusta yksilöllisesti lapsen tarpeiden mukaan. (Berger,

2014, 53&219.) Tämän takia kasvattajan on tärkeää olla perillä lapsen yleisestä kasvun ja kehityksen kulusta, jotta hän voi tukea tietyssä ikäkaudessa kehittyviä taitoja (Vygotsky, 1998, 203&204) Lähikehityksen vyöhykkeen avulla oppiminen on sosiaalista, sillä oppiminen perustuu kahden ihmisen, esimerkiksi opettajan ja oppilaan väliseen vuorovaikutukseen. Vygotskyn mukaan lapsi voi myös harjoitella lähikehityksen vyöhykkeellä olevia taitoja myös leikin avulla, ilman aikuisen tukea. Tämän mahdollistaa lapsen mielikuvitus, jossa lapsi toimii itseään kehittyneemmällä psyykkisellä tasolla. (Moll, 2014, 36&37, 77.)

5 Haastavasti käyttäytyvä lapsi

Haastavaa käytöstä tutkitaan tässä tutkimuksessa Ahosen (2017, 18) määritelmän mukaan. Hänen mukaansa haastavaa käytöstä lähestytään tavanomaisesti kehittyneen lapsen lisääntyneen sosiaalisen ja emotionaalisen tuen tarpeen kautta. (Ahonen, 2017, 18). Ahonen (2015, 18) nostaa tutkimuksessaan esiin, että jokainen lapsi voi joskus tarvita runsaampaa tukea sosiaaliseen ja emotionaaliseen kehitykseensä. (Ahonen, 2015, 18). Haastavaan käytökseen voivat vaikuttaa monet eri syyt ja joissain tapauksissa käytöksen taustalla voi olla jokin diagnoosi. Tässä tutkimuksessa keskitytään kuitenkin lapsiin, joiden haastavan käytöksen taustalla ei tiedettävästi ole diagnoosia.

Osalle lapsista hankalien tunteiden käsittely ja niiden säätelyn oppiminen voivat olla haastavampaa kuin toisille, jolloin lapsi tarvitsee avukseen enemmän aikuisen tukea. Tällaisia haastavia tilanteita lapselle voi olla esimerkiksi voimakkaat ja nopeat tunteiden viriämiset sekä rauhoittuminen voimakkaasta tunteesta. (Aro, 2011c.) Ilman riittävää tunteiden säätelyä tunteet voivat olla lapselle ylivoimaisia. Voimakkaat tunteet voivat näyttäytyä ulospäin suuntautuvina ja sisäänpäin suuntautuvina käyttäytymisen haasteina. Ulkoiset haasteet voivat näyttäytyvät kontrolloimattomina fyysisinä ja sanallisina purkauksina. (Berger, 2014, 279.) Ulkoiset haasteet voivat näkyä myös esimerkiksi aggressiivisena, impulsiivisena sekä levottomana käytöksenä (Aro, 2011c). Sisäiset haasteet voivat taas näyttäytyä pelokkuutena, vetäytyneisyytenä, negatiivisten tunteiden ilmaisun haasteena (Berger, 2014, 279) sekä masentuneisuutena (Aro, 2011c). Lapsen käyttäytymisen tai tunteiden säätelyn hankaluudet voivat näkyä myös alisäätelynä tai ylisäätelynä. Alisäätely voi näkyä käytöksessä aggressiivisuutena tai uhmakkuutena, kun taas ylisäätely ilmenee lapsen vetäytymisenä ja pelokkuutena ilmaista omia tunteitaan. Kummatkin näistä vaikuttavat lapsen ympäristöön sopeutumiseen negatiivisesti (Aro, 2011c).

Varhaiskasvatusten opettajien mukaan haastavat tilanteet nähtiin tilanteina, joissa lapsi ei käyttäytynyt tilanteen vaatimien tapojen tai muiden ikäistensä lasten käyttäytymisen mukaisesti (Ahonen. 2015, 79). Haasteet lapsen sosiaalisissa suhteissa, tunne-elämän taidoissa sekä käytöksessä koetaan yleensä johtuvan lapsesta itsestään ja lapsen itsensä ajatellaan olevan häiritsevä tai vaikea. Varhaiskasvatuksen opettajan on kuitenkin tärkeää tarkastella myös muita tekijöitä, kuten lapsen ympäristöä. Voi olla, että ympäristöllä itsellään on vaikutusta lapsen haasteiden syntymiseen ja jatkumiseen taikka lapsen käyttäytyminen koetaan haastavaksi tietyissä ympäristöissä. (Pihlaja, 2018.) Ahonen (2015) määrittelee tutkimuksessaan lapsen

haastavan käytöksen ilmenevän aggressiivisuutena, uhmakkuutena, levottomuutena, vetäytyvyytenä sekä voimakkaina tunteiden purkauksina (Ahonen, 2015). Tämän määritelmän sekä muun kirjallisuuden ja tutkimusten pohjalta lapsen haastavaa käytöstä kuvailtiin useimmin aggressiivisena, uhmakkaana, levottomana sekä vetäytyvänä käyttäytymisenä.

Ahosen (2015, 79) tutkimuksessa varhaiskasvatuksen opettajien mukaan lapsen aggressiivinen käyttäytyminen näyttäytyi fyysisenä väkivaltana sekä vihamielisenä käyttäytymisenä toisia kohtaan. Aggressiivisuutena nähtiin myös verbaalinen käytös, joka ilmeni esimerkiksi huutamisena ja kiroiluna. Nopeat ja usein toistuvat voimakkaat tunnereaktiot nähtiin myös osana aggressiivista käyttäytymistä. (Ahonen, 2015, 79.) Aggressiivisesti käyttäytyvällä lapsella on hankaluuksia hallita tunneilmaisujaan, toimintaansa sekä hänellä voi olla vaikeuksia eläytyä toisen ihmisen asemaan. Tällainen käytös voi aiheuttaa lapselle hankaluuksia luoda ja ylläpitää ihmissuhteita. Aggressiiviseen käytökseen voidaan myös yhdistää huono kyky sietää pettymyksen tunteita, jolloin negatiivisten tunteiden noustessa pintaan niitä on vaikeaa hallita. On kuitenkin tärkeää oppia sietämään pettymyksiä, jotta lapsi pystyisi haasteista huolimatta silti jatkamaan toimintaansa kohti tavoitteitaan. (Pihlaja, 2018.)

Lapsen uhmakas käyttäytyminen nähtiin ilmenevän varhaiskasvatuksessa yhteisten sääntöjen tai ohjeiden vastustamisena sekä piittaamattomuutena. Myös levotonta käyttäytymistä kuvailtiin haastavaksi käytökseksi, joka ilmeni esimerkiksi lapsen voimakkaana vilkkautena, kovaäänisyytenä, huomionhakuisuutena, tarkkaavaisuuden puutteena sekä motorisena levottomuutena. (Ahonen, 2015, 79.)

Lapsen vetäytynyt ja ujo käyttäytyminen nähtiin haastavana, sillä se vaikeutti lapsen sosiaalista kanssakäymistä muiden kanssa sekä osallistumista yhteiseen toimintaan (Ahonen, 2015, 79; Cacciatore, Riihonen & Tuukkanen, 2013). Liiallinen ujous ja vetäytyneisyys voivat myös estää lasta luomasta tärkeitä ystävyyssuhteita vertaisiinsa. Jos lapsi ei myöskään kommunikoi aikuisen kanssa, se voi vaikeuttaa esimerkiksi riitatilanteiden selvittämistä, ja lapsi voi jäädä yleisestikin vähemmälle huomiolle, sillä kasvattajat kokevat, että heidän resurssinsa kuluvat helpommin vilkkaampiin ja aggressiivimpiin lapsiin. (Cacciatore ym., 2013.) Syrjäänvetäytyvyys voi aiheuttaa lapselle yksinäisyyden kokemuksia sekä hän saattaa olla myös masentunut. Lapsen vetäytyneisyyden ja ujuden taustalla voi olla myös pelkoja, jotka vaikuttavat hänen toimintaansa. Lapsen yleiseen kehitykseen kuuluu pelkojen ilmenemistä, osalle lapsista pelon tunteet jäävät tavallista pidemmäksi aikaa. (Pihlaja, 2018.)

5.1 Haastavaan käyttäytymiseen johtavia syitä

Rautamiehen ja Biskopin (2012) tutkimuksessa lastentarhanopettajat esittivät lasten haastavan käytöksen johtuvan yleisimmin lapsen ominaisuuksista, kuten hänen persoonastaan sekä temperamentistaan. Myös lapsen vahvan oman tahdon nähtiin johtavan haastavaan käytökseen. Lapsen haastavaa käytöstä selitettiin lisäksi hänen kehityksensä kautta. Opettajien mukaan muun muassa heikko itsesäätelytaito ja puutteelliset sosiaaliset taidot lisäsivät haastavaa käyttäytymistä. Lapsen haastavan käytöksen uskottiin osittain johtuvan myös ulkopuolisista tekijöistä, kuten vanhemmista johtuvista syistä, lapsen kasvuympäristöstä sekä sopimattomista kasvatusten menetelmistä. (Rautamies & Biskop, 2012.)

Viitalan tutkimus (2014, 124) tukee Rautamiehen ja Biskopin (2012) tutkimusta, sillä Viitalan mukaan lasten haastava käyttäytyminen nähtiin suurimmaksi osin johtuvan lapsesta itsestään. Myös Viitalan tutkimuksessa nousi esille vanhempien kasvatusten menetelmien ja heidän omien ongelmien vaikutus lapsen haastavaan käyttäytymiseen. (Viitala, 2014, 124.) Rautamiehen ja Biskopin (2012) tutkimuksessa nousi esille, että haastavasti käyttäytyvien lasten vanhemmat kokivat varhaiskasvatuksen henkilökunnan vierittävän lapsen haastavan käytöksen vanhempien syyksi. Vanhemmat usein syyttivät myös itse itseään lasten käyttäytymisestä. Lisäksi he kokivat syyllisyyttä lapsen haastavan käytöksen seurauksista, kuten esimerkiksi varhaiskasvatuksen henkilökunnan henkisestä pahoinvoinnista sekä sairauslomista. (Rautamies & Biskop, 2012.)

Lanaksen (2011) näkemys haastavasta käyttäytymisestä eroaa edellä esitetyistä tutkimuksista. Hän kokee, että haastavissa tilanteissa ilmenevät tunteet ovat haastavia lapsille, mikä johtaa siihen, että itse käyttäytymistä ei tulisi nähdä haastavana. Lanaksen tutkimuksessa nousikin esille, silloin kun haastavat tunteet hyväksyttiin koulukontekstissa, koettiin haastavien tunteiden aiheuttama käyttäytyminen vähemmän haastavana. Lanaksen mukaan ongelma on ollut siinä, että on ajateltu, että haastavia tunteita ei tulisi esiintyä koulussa. Hän siis ajattelee, että haastava käytös ei johdu lapsesta tai hänen käytöksestään, vaan yhteiskunnan yleisestä näkemyksestä sulkea pois tai peittää haastavat tunteet. (Lanas, 2011, 59&60, 62.)

Haastavan käyttäytymisen taustalla voi olla lapsen niin sanottu normaali kehitys, erityisesti tarkastellessa pienen lapsen käyttäytymistä. Varhaiskasvatuksessa jo pientenkin lasten tulisi tulla toimeen erilaisissa ryhmissä ja sosiaalisissa tilanteissa, vaikkei heidän kehityksensä siihen vielä valmis olisikaan. Pienet lapset eivät välttämättä kykene vielä erottamaan tunnetta toiminnasta. Tämä saattaa johtaa haastavaan käyttäytymiseen, kuten pienen lapsen suuttuessa hän saattaa tönäistä kaveriaan. Pieni lapsi voi pelästyä omia voimakkaita tunnereaktioitaan.

Niinpä hän saattaa kokea helposti turvattomuutta, varsinkin aikuisten suhtautuessa kylmästi hänen erilaisiin tunneilmaisuihinsa. (Cacciatore ym., 2013.) Voi myös olla, että pieni lapsi ei vielä kykene havaitsemaan omia tunteitaan, eikä pysty asettumaan toisen asemaan. Tällöin hänellä saattaa olla vaikeuksia kontrolloida omia tunteitaan. (Pihlaja, 2018.)

5.2 Varhaiskasvatuksen ammattilaisten näkemykset haastavasti käyttäytyvästä lapsesta

Mitä enemmän haastavaa käyttäytymistä ilmenee, sitä suurempi riski varhaiskasvatuksen opettajalla on kokea stressiä tai jopa palaa loppuun. Opettajan kokema stressi vaikuttaa myös hänen kykyynsä tukea haastavasti käyttäytyvää lasta. (Stormont & Young-Walker, 2017.) Opettajan omat tunteet, kokemukset, ammattitaito sekä työssä jaksaminen vaikuttavat hänen toimintaansa haastavaksi koetun lapsen kanssa (Cacciatore ym., 2013). Täytyy myös huomioda, että haastavaksi koetut tilanteet ovat aina yksilöllisiä tilanteita, joihin voi vaikuttaa useat eri tekijät. Näitä voivat olla esimerkiksi lapsiryhmän koko, hankalat aiemmat kokemukset lapsen kanssa sekä hetkelliset tilannetekijät, kuten työntekijän kokema väsymys. (Ahonen, 2015, 104.) Varhaiskasvatuksen ammattilaisen vastuulla on myös se, miten hän tulkitsee lasten viestejä, toimintaa ja tunneilmaisuja. Varsinkin pienen lapsen suullinen ilmaisukyky voi olla vielä rajallinen, jolloin hänen negatiiviset tunneilmaisunsa voivat näkyä muilla keinoin esimerkiksi kiukutteluna, tottelemattomuutena taikka muiden kiusaamisena. Nämä kielteiset reagoitavat voivat olla myös lapsen keinoja koittaa saada tunteensa ja viestinsä kerrotuksi. (Cacciatore ym., 2013.)

Haastavaksi koetun lapsen kanssa toimiessa varhaiskasvatuksen ammattilaisen on tärkeää pysähtyä pohtimaan tunteita ja niiden taustoja, joita lapsen kanssa työskentely herättää. Omien tunteiden reflektointi ja lapsen hyvien ominaisuuksien löytäminen voi auttaa parantamaan varhaiskasvatuksen ammattilaisen suhtautumista lapseen sekä lapsen ja ammattilaisen välistä vuorovaikutusta. Jotkut varhaiskasvatuksen työntekijät ovat todenneet käyttävänsä erityisen paljon aikaa lapsiin, jotka ovat herättäneet heissä negatiivisia tuntemuksia, jotta lapset eivät huomaaisi heidän kielteisiä tunteitaan ja saisivat varmasti yhtä laadukasta kasvatusta kuin muutkin lapset. Haastavien lasten kanssa työskennellessä on tärkeää varhaiskasvatuksen ammattilaisena oppia käsittelemään ja hyväksymään myös kielteisiä tunteita, joita lapset voivat herättää ja ymmärtää ettei kaikkien lasten kanssa voi tulla toimeen samalla tavalla. Kuitenkin haastavat ja kielteiset kokemukset voivat muuttua positiivisiksi kokemuksiksi työkokemuksen ja lapsen kehittymisen myötä. (Riihonen, 2013.)

Ahosen (2015) tutkimuksessa nousi esille samoja asioita kuin Riihosella (2013). Ahosen (2015, 169) mukaan haastavat kasvatustilanteet saivat ammattilaiset kohtaamaan voimakkaitakin tunteita. Koska varhaiskasvatuksen ammattilainen on vastuussa lapsen ja aikuisen välisen vuorovaikutuksen laadusta, jolle pedagogiikka pohjaa, tulee hänen kyetä säädellä omia tunteitaan haastavissa tilanteissa sekä näin olla turvallinen aikuinen lapselle. Tutkimuksessa ammattilaiset nostivat esille, että heidän kyetessään säädellä omia tunteitaan sekä ollessaan sensitiivinen haastavissa kasvatustilanteissa, uskoivat he haastavan tilanteen sujuvan paremmin. (Ahonen, 2015, 169.)

Rautamiehen ja Biskopin (2012) mukaan kielteisiä tunteita ja kokemuksia herättäviä lapsia kuvailtiin ominaisuuksiltaan myös kielteisesti. Tällaiset lapset sijoitettiin yleensä ryhmässä negatiiviseen rooliin, kuten kiusaajaksi tai häiriköksi. Lasten mahdollisuuksiin ja kehittymiseen ei myöskään uskottu, vaan heidän toimintansa takana nähtiin enemmän tahallinen ilkeä käytös. (Rautamies & Biskop, 2012.) Varhaiskasvatuksen ammattilaisen tulee olla tarkkana millaista kieltä hän käyttää kuvaillessaan lasta ja häneen liittyviä ominaisuuksia. Kieli, jota lapsesta käytetään voi vähätellä tai luokitella lasta ja kasvattaja saattaa luoda oletuksen, että lapsi käyttäytyy aina kasvattajan määrittelemän kuvan mukaisesti. Kasvattajan tulee välttää lasta vähättelevien sanojen käyttämistä kuvaillessaan lasta. (Fennimore, 2008.)

6 Johtopäätökset

Whitebread (2012, 28) toteaa, että varhaiskasvatusikäisen lapsen on tärkeää oppia ilmaisemaan itseään, ymmärtämään omia ja toisten tunteita sekä kyetä säätelemään ja kontrolloimaan tunteitaan (Whitebread, 2012, 28). Myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2016) tukevat Whitebreadin näkemystä, sillä sen mukaan varhaiskasvatuksen tulee tukea lasten tunteiden ilmaisua ja säätelyä. Näitä taitoja harjoitellaan havaitsemalla, tunnistamalla, tiedostamalla sekä nimeämällä omia ja muiden tunteita. Taitojen harjoittelun avulla tunnetaidot vahvistuvat. Tärkeää on myös harjoitella itsesäätelytaitoja. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 2016, 19&23.) Kaikkea tätä voidaan kutsua tunnekasvatukseksi varhaiskasvatuksessa.

Webster-Strattonin (2011, 251) mukaan tunnekasvatuksessa tulee ymmärtää kaikkien tunteiden salliminen ja merkitys, eikä mitään tunteita saa tukahduttaa (Webster-Stratton, 2011, 251). Tunnekasvatuksen avulla lapsille voidaan tarjota monipuolisia keinoja kaikenlaisten tunteiden käsittelyyn (Pihlaja, 2018). Tunnetaidot pääsevät kehittymään niin arkisissa tilanteissa (Riihonen, 2013, 43) kuin myös erilaisia tunnekasvatusmateriaaleja hyödyntäen (Pihlaja, 2018). Aikuisella on suuri merkitys lapsen tunnetaitojen kehittymisen tukemisessa, sillä lapsi oppii tunnetaitoja aikuisen esimerkin (Pihlaja, 2018) ja toiminnan avulla (Riihonen, 2013, 43). Tunnekasvatuksessa on tärkeää ymmärtää, että tunnetaidot mahdollistavat lapsen sosiaalisen kehityksen, sillä niiden avulla lapsi kykenee solmimaan ihmissuhteita, eläytymään toisen asemaan ja pärjäämään myös haastavissa tilanteissa (Whitebread, 2012, 28).

6.1 Miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa?

Tutkimukset osoittavat, että sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja sekä käyttäytymistä tukevat interventiot ja erilaiset menetelmät varhaislapsuudessa vähentävät lapsen haastavaa käyttäytymistä (Bierman, Mathis & Domitrovich, 2018). Näitä menetelmiä ja interventioita tulisikin tarjota lapsille jo varhaisessa vaiheessa, sillä lapsen sosiaaliset ja emotionaaliset taidot alkavat kehittymään jo varhaislapsuudessa. Haastavista tilanteista selviytyminen onnistuu sosiaalisten suhteiden ja tunteiden säätelyn avulla. Nämä taidot lisäävät hyvinvointia ja menestystä myöhemmässä elämässä. (Pang, Frydenberg, Liang, Deans & Su, 2018.) Tunnetaitoja tukevia menetelmiä ja materiaaleja on Suomessa saatavilla useita. Näitä ovat esimerkiksi Askeleittain- ohjelma (Makkonen, 2015), Tunteet tutuksi -kortit (Östberg & Tuomola, 2013), Tassun toimintakortit (Nyström, 2018), Tipsun temppukirja (Markkanen &

Qvist, 2018), Molli-satukirja ja -tunteet taidoiksi vihko (Haapsalo & Kirkkopelto, 2013) sekä Eläinlasten elämää - mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin (Nurmi & Turunen, 2014). Sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen harjoittelu tapahtuu kuitenkin aina vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa (Ahonen, 2017, 16&17; Kurki, 2017, 65; Pihlaja, 2018.)

Ahosen (2015, 168) tutkimuksen mukaan varhaiskasvatuksen ammattilaisen, kuten varhaiskasvatuksen opettajan, ja lapsen välinen vuorovaikutus ja sen laatu nähtiin tärkeimpänä tekijänä haastavien tilanteiden ratkaisemiseksi. Ammattilaisen lämminhenkinen vuorovaikutus lasta kohtaan haastavissa tilanteissa tuki lapsen emotionaalista hyvinvointia ja näin olleen auttoi lasta olemaan vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa. (Ahonen, 2015, 168&184.) Myös Aro (2011b) korosti aikuisen antaman mallin sekä empatian merkitystä lapsen käyttäytymiseen ja tunteiden hallintaan. Lapsen kohdatessa haastavia tunteita aikuinen viestittää rauhallisella olemuksellaan lapselle, että vaikeistakin tunteista voi päästä yli. Lisäksi aikuinen voi auttaa lasta tunnistamaan tunteen, mistä tunne johtuu ja auttaa lasta hyväksymään haastavatkin tunteet sekä ymmärtämään, että haastavien tunteiden ilmaisu ei saa kuitenkaan vahingoittaa muita. (Aro, 2011b.)

Aikuisen tehtävänä on auttaa lasta tunteiden säätelyssä sekä mallintaa lapselle kehittyneempiä tunteiden säätelykykyjä. Aikuisen mallin ja tuen avulla lapsi oppii uusia tunteiden säätelytaitoja. (Aro, 2011b.) Mihicin ja Novakin (2018) tutkimuksessa heikot tunteiden säätelytaidot ilmenivät lapsella haastavana käytöksenä. Haastava käyttäytyminen näkyi niin sisäisinä kuin ulkoisina ongelmina. Tutkimus korostaakin sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen harjoittelun tärkeyttä ja varsinkin tunteiden säätelytaitojen kehityksen tukemista. Tutkimuksen mukaan lapsilla, joilla tunteiden säätelytaidot olivat kehittyneemmät, todettiin olevan vähemmän haastavaa käyttäytymistä, kuten keskittymiskyvyn puutetta, impulsiivista ja aggressiivista käytöstä sekä ongelmia kaverisuhteissa. (Mihic & Novak, 2018.)

Myös Kurjen, Järvenojan ja Järvelän (2018) tutkimus korostaa opettajan antaman tuen merkitystä lapsen kohdatessa haastavia tilanteita. Jotta opettaja pystyy antamaan lapselle tarvittavaa tukea haastavassa tilanteessa, tulee hänen havainnoida lasta ja perustaa annettava tuki havaintoihin. Opettajan tekemät havainnot lapsen sosiaalisista ja emotionaalisista haasteista auttavat häntä mukauttamaan lapselle antamaansa tukea tilanteeseen sopivaksi. Haastavissa tilanteissa lapsi pääsee aikuisen tuen avulla harjoittelemaan itsesäätelyä. Emotionaalisissa haastavissa tilanteissa opettajat mukauttivat antamaansa säätelyn tukea lasten säätelytaitojen mukaisiksi. Kun aikuinen antoi lapselle tukea tunteiden ja käyttäytymisen

säätelyyn, kehittyivät lapsen itsesäätelytaidot. Aikuisen tulee ymmärtää hänen roolinsa kanssasäätelijänä lapsen kohdatessa haastavia tilanteita. Ei siis riitä, että aikuinen vain antaa ohjeita lapselle haastavissa tilanteissa, vaan hänen tulee tukea lasta ja auttaa häntä säätämään tunteitaan ja käyttäytymistään. (Kurki ym., 2018.)

Vaikka opettajan merkitys tunteiden säätelyn tukemisessa tiedetään, osoittaa Kurjen (2017) tutkimus, että haastavissa tilanteissa opettajat auttoivat lasta säätämään itseään antamalla lapselle ohjeita ja ohjaamalla lasta fyysisten aktiviteettien pariin. Opettajat käyttivät vähemmän tunteista puhumisen ja tunteiden tunnistamisen strategioita lasta tukiessa. Lapsen kohdatessa yksin haastavan tilanteen, käytti hän yksinkertaisia strategioita, kuten fyysistä säätelyä ja tunteiden ilmaisua. Haastavissa tilanteissa opettajilla olisi ollut mahdollisuus antaa lapsille tietoa ja ymmärrystä heidän tunteistaan. Opettajat eivät kuitenkaan aina käyttäneet näitä mahdollisuuksia hyväkseen, vaan ennemmin turvautuivat ohjaamaan lapsen toiseen toimintaan haastavan tilanteen kohdatessa. Myös lapsen sosiaalisten taitojen kehitys vaikutti lapsen käyttäytymiseen hänen kohdatessa sosiaalisesti ja emotionaalisesti haastavan tilanteen. Yleisesti ottaen voidaan todeta, että lapset hyötyvät aikuisen antamasta tuesta. Lapsille tulisikin antaa mahdollisuus harjoitella erilaisia itsesäätelykeinoja aikuisen tukemana. (Kurki, 2017, 63&64, 68&69.)

7 Pohdinta

Tässä kandidaatin tutkimuksessa tutkimme aikaisemman kirjallisuuden ja tutkimustiedon perusteella, mitä tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa on ja miten tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta varhaiskasvatuksessa. Valitsimme aiheen sen ajankohtaisuuden ja oman kiinnostuksemme vuoksi. Tulevina varhaiskasvatuksen opettajina ymmärrämme varhaisen tuen ja puuttumisen merkityksen. Myös tutkimuksessamme nousi esille haastavasti käyttäytyvän lapsen varhaisen tukemisen merkitys, sillä haastavasti käyttäytyvän lapsen varhainen tukeminen voi ehkäistä myöhempien ongelmien syntymistä. Tässä tutkimuksessa varhaiseksi tueksi haastavaan käytökseen yhdistimme tunnekasvatuksen, sillä tunnekasvatuksen mahdollisuudet kiinnostavat meitä. Hirsjärvi ja kollegat (2009, 71) toteavat Tutki ja kirjoita -teoksessaan, että ”tutkimuksen tulisi lähteä liikkeelle jostakin kiinnostusta herättävästä ilmiöstä tai tehdystä havainnosta” (Hirsjärvi ym., 2009, 71). Lisäksi aihe oli mielenkiintoinen, koska haastavasti käyttäytyvän lapsen tukemista tunnekasvatuksen avulla varhaiskasvatuksessa ei ole aiemmin tutkittu. Tutkimustulokset saimme yhdistelemällä aikaisempia tutkimuksia ja kirjallisuutta keskenään ja kokoamalla niistä johtopäätökset.

Lähteinä käytimme monipuolisesti kotimaisia ja kansainvälisiä tutkimuksia, artikkeleita ja oppimateriaaleiksi soveltuvia teoksia. Lähteet etsimme Ebsco-, Scopus- ja ProQuest-tietokannoista sekä Oulun yliopiston kirjastopalvelu Oula-Finnasta ja Varhaiskasvatuksen Tiedelehti JECERistä. Lähteiden valikoitumisessa kiinnitimme huomiota lähteiden sisältöön, jotta se vastaa tutkimuksemme aihetta sekä lähteiden luotettavuuteen. Osa valitsemistamme artikkeleista oli vertaisarvioituja, mikä lisää lähteen luotettavuutta. Esimerkiksi kaikki JECERistä ja Scopuksesta käyttämämme lähteet olivat vertaisarvioituja. Valitsimme lähteiksi mahdollisimman uusia tutkimuksia, artikkeleita ja teoksia, minkä lisäksi käytimme myös muutamia iältään vanhempia klassikkoteoksia. Tutkimuksemme luotettavuutta olisi lisännyt, jos olisimme varmistaneet jokaisen käyttämämme artikkelin olevan vertaisarvioituja. Olemme olleet kriittisiä lähteiden valinnassa sekä olemme viitanneet lähteisiin asiaankuuluvalla tieteellisellä tavalla. Erityisen huolellisia olemme olleet suorien viittausten ja ensisijaisten lähteiden käytössä. Tutkimuksessamme ei ole käytetty yhtään toisen käden lähdettä. Tutkimuksen luotettavuutta lisää myös yhteistutkijuus, joka on auttanut lähteiden tulkinnassa, niiden luotettavuuden arvioinnissa sekä lähdekritiikissä.

Yhteistutkijuus on auttanut meitä myös tutkimuksessa käytettävien käsitteiden valinnassa. Tutkimusta tehdessämme olemme huomanneet, kuinka laaja ja moninainen käsitteiden joukko

aiheeseemme liittyy ja kuinka eri käsitteet ovat nivoutuneet sisällöltään yhteen. Tutkimuksessa käyttämiemme käsitteiden valinta on ollut yksi tutkimuksemme haasteista. Valitsimme kaikki tutkimuksemme käsitteet niiden selkeyden, tunnettavuuden ja tutkimuksemme aiheeseen sopivuuden perusteella. Esimerkiksi käyttämämme sosiaaliset ja emotionaaliset taidot käsitteet ovat näyttäytyneet käyttämissämme lähteissä muun muassa vuorovaikutus- ja tunnetaitoina, sosiaalis-emotionaalisina taitoina tai sosioemotionaalisina taitoina. Tutkimuksemme kannalta päädyimme käyttämään käsitteinä sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja niiden selkeyden takia. Myös Ahonen (2017, 16&17) ja Pihlaja (2018) ovat tuoneet teoksissaan ilmi saman huomion (Ahonen, 2017, 16&17; Pihlaja, 2018). Voidaan todeta, että käsitteiden määrittely ja niiden painotus on tutkijakohtaista (Ahonen, 2017, 16&17).

Voimme tutkimuksemme pohjalta todeta, että tunnekasvatuksen avulla voidaan tukea haastavasti käyttäytyvää lasta, sillä tunnekasvatus auttaa häntä muun muassa ymmärtämään, hallitsemaan ja säätelemään omia tunteitaan ja käyttäytymistään. Vaikka tiedetään, että haastavasti käyttäytyvää lasta voidaan tukea tunnekasvatuksen avulla, ei siihen ole vielä olemassa konkreettisia tukimenetelmiä. Tämän takia aiheen jatkotutkimus on erittäin tärkeää. Jatkotutkimusta ajatellen aihetta voi lähestyä varhaiskasvatuksen opettajien näkökulmasta ja heidän omien kokemustensa kautta. Jatkotutkimuksessa olisi mielenkiintoista haastatella varhaiskasvatuksen opettajia siitä, miten heidän kokemustensa mukaan tunnekasvatus on vaikuttanut lapsen haastavaan käytökseen ja minkälaista tunnekasvatus näissä tilanteissa on ollut. Jatkotutkimusten pohjalta olisi mahdollista ryhtyä kehittämään konkreettisia tukimuotoja haastaviin tilanteisiin.

Lähteet

- Ahonen, L. 2015. Varhaiskasvattajan toiminta päiväkodin haastavissa kasvatustilanteissa. Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Are, F & Shaffer, A. 2016. Family Emotion Expressiveness Mediates the Relations Between Maternal Emotion Regulation and Child Emotion Regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 47(5), 708-715.
- Aro, T. 2011a. Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 10-18.
- Aro, T. 2011b. Itsesäätelytaitojen kehitys ja biologinen perusta. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 20-40.
- Aro, T. 2011c. Itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat lapsuudessa. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 106-118.
- Ashiabi, G. 2007. Play in the preschool classroom: Its socioemotional significance and the teacher's role in play. *Early Childhood Education Journal*, 35(2), 199–207.
- Berger, K. S. 2014. The developing person through the life span. New York: Worth Publishers.
- Bierman, K. L., Mathis, E. T. & Domitrovich, C. E. 2018. Serving the Needs of Young Children with Social, Emotional, and Behavioral Needs: A Commentary. *School Mental Health*, 10, 254–263.
- Boekaerts, M. & Pekrun, R. 2016. Emotions and emotion regulation in academic settings. Teoksessa L. Corn & E. M. Anderman (toim.) *Handbook of Educational Psychology*. New York: Routledge. 76-90.
- Cacciatore, R., Riihonen, R. & Tuukkanen, K. 2013. Ammatilainen lasten tunteiden tulkkina. Teoksessa: M. Oulasmaa & R. Riihonen (toim.) *Ammattikasvattajan kielletyt tunteet*. Helsinki: VL-Markkinointi. 21-40.
- Colmer, K., Rutherford, L., & Murphy, P. (2011). Attachment theory and primary caregiving. *Australian Journal of Early Childhood*, 36(4), 16–20.
- Denham, S. A. 2006. Social–emotional competence as support for school readiness. What is it and how do we assess it? *Early Education and Development*, 17(1), 57–89.

- Eisenberg, N., Smith, C.L., & Spinrad, T.L. 2011. Effortful Control Relations with Emotion Regulation, Adjustment and Socialization in Childhood. Teoksessa K.D. Vohs, & R.F. Baumeister. *Handbook of Self-regulation*. New York: The Guilford Press. 263-283.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Fennimore, B. S. 2008. Talk about children: developing a living curriculum of advocacy and social justice. Teoksessa C. Genishi & A. L. Goodwin (toim.) *Diversities in early childhood education. Rethinking and doing*. New York: Routledge, 185–199.
- Haapsalo, T. & Kirkkopelto, K. 2013. Molli: Hyvällä mielellä vai pahalla päällä: tunteet taidoiksi. Helsinki: Lasten Keskus.
- Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Jones, D. E., Greenberg, M. & Crowley, M. 2015. Early Social-Emotional Functioning and Public Health: The Relationship Between Kindergarten Social Competence and Future Wellness. *American Journal of Public Health*, 105(11), 2283-2290.
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Keltner, D., & Haidt, J. 2001. Social functions of emotions. Teoksessa T. Mayne & G. A. Bonanno (toim.), *Emotions: Current issues and future directions*. New York: Guilford Press. 192-213.
- Kiviniemi, K. 2018. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kokkonen, M. 2017. Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Kurki, K. 2017. Young children's emotion and behaviour regulation in socio-emotionally challenging situations. Oulu: Oulun yliopisto.
- Kurki, K., Järvenoja, H. & Järvelä, S. 2018. Exploring Regulatory Interactions Among Young Children and Their Teachers: A Focus on Teachers' Monitoring Activities. *Varhaiskasvatuksen tiedelehti JECER*, 7(2), 310-337. Viitattu 12.3.2019 <https://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2018/12/Kurki-Jarvenoja-Jarvela-issue7-2.pdf>
- Köngäs, M. 2018. "Eihän lapsil ees oo hermoja": etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

- Laakso, M-L. 2011. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 60-79.
- Lanas, M. 2011. Smashing potatoes - challenging student agency as utterances. Oulu: Oulun yliopisto.
- Makkonen, K. 2005. Askeleittain: Sosiaalista kehitystä ja tunnetaitoja tukeva opetusohjelma. Opettajan opas: päiväkotia ja esikoulu. Helsinki: Psykologien kustannus.
- Markkanen, S. & Qvist, M. 2018. Tipsun temppukirja: Mindfulnessia ja myötätuntoa kasvatustyöhön. Vantaa: Avain.
- Metsämuuronen, J. 2011. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Helsinki: International Methelp.
- Mihic, J. & Novak, M. 2018. Importance of Child Emotion Regulation for Prevention of Internalized and Externalized Problems. Varhaiskasvatuksen Tiedelehti JECER, 7(2), 235-254. Viitattu 19.2.2019 <https://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2018/12/Mihic-Novak-issue7-2.pdf>
- Moll, L. C. 2014. L.S. Vygotsky and Education. New York: Routledge.
- Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Tammi.
- Nurmi, R. & Turunen, A. 2014. Eläinlasten elämää: Mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura
- Nyström, E. 2018. Tassun toimintakortit: Kokeile kanssani mindfulnessia. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Opetusalan ammattijärjestö. 2017. Opetusalan työolobarometri. Helsinki: OAJ.
- Opetushallitus. 2013. Tunteesta tunteeseen. Luettu 16.1.2019. https://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunteet_mita_ne_ovat
- Pakarinen, E., Salminen, J., Lerkkanen, M.-K. & von Suchodoletz, A. 2018. Reciprocal Associations Between Social Competence and Language and Pre-Literacy Skills in Preschool. Varhaiskasvatuksen Tiedelehti JECER, 7(2), 207–234. Viitattu 19.2.2019 <https://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2018/12/Pakarinen-Salminen-Lerkkanen-vonSuchodoletz-issue7-2.pdf>
- Pang, D., Frydenberg, E., Liang, R., Deans, J. & Su, L. 2018. Improving Coping Skills and Promoting Social and Emotional Competence in Pre-Schoolers: A Pilot Study on COPE-R Program. Varhaiskasvatuksen Tiedelehti JECER, 7(2), 362-391. Viitattu 12.3.2019 <https://jecer.org/wp-content/uploads/2018/12/Pang-Frydenberg-Liang-Deans-Su-issue7-2.pdf>

- Pihlaja, P. 2018. Sosiaalis-emotionaalinen kehitys ja sen vaikeudet. Teoksessa P. Pihlaja & R. Viitala (toim.) Varhaiserityiskasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus. 141-181.
- Poikkeus, A-M. 2011. Itsesäätely sosiaalisten taitojen ja suhteiden perustana. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 80-104.
- Puolimatka, T. 2011. Kasvatus, arvot ja tunteet. Ryttylä: Suunta-kirjat.
- Rautamies, E. & Biskop, K. 2012. Haastava lapsi lastentarhanopettajien ja vanhempien kertomuksissa. Teoksessa P. Atjonen (toim.) Oppiminen ajassa - kasvatus tulevaisuuteen. Joensuun vuoden 2011 kasvatustieteen päivien parhaat esitelmät artikkeleina. Joensuu: Suomen kasvatustieteellinen seura. 233-246.
- Rautamies, E., Koivula, M. & Vähäsantanen, K. 2018. Lastentarhanopettaja lasten autonomian tukijana varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen Tiedelehti JECER, 7(1), 53–75. Viitattu 28.2.2019 <https://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2018/06/Rautamies-Koivula-Vahasantanen-issue7-1.pdf>
- Riihonen, R. 2013. Ammattilaisen oman tunteet haasteena ja työkaluna. Teoksessa: M. Oulasmaa & R. Riihonen. (toim.) Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Helsinki: VL-Markkinointi. 41-46.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Helsinki: Finn Lectura.
- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Viitattu 3.10.2018 https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf
- Saarni, C. 1997. Emotional competence and Self-Regulation in Childhood. Teoksessa P. Salovey & D. J. Sluyter (toim.) Emotional development and emotional intelligence. New York: BasicBooks. 35-66.
- Silvén, M., Mattinen, A., Lepola, J., & Husu, J. 2013. Oppimisen ja kouluvalmiuksien tukeminen varhaiskasvatuksen keinoin. Teoksessa K. Pyhältö & E. Vitikka (toim.) Oppiminen ja pedagogiset käytännöt varhaiskasvatuksesta perusopetukseen. Helsinki: Opetushallitus. 48-78.
- Stormont, M. & Young-Walker, L. 2017. Supporting professional development needs for early childhood teachers: an exploratory analysis of teacher perceptions of stress and challenging behavior. International Journal on Disability and Human Development, 16(1), 99-104.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2016. Helsinki: Opetushallitus.
- Veijalainen, J., Reunamo, J. & Alijoki, A. 2017. Children's self-regulation skills in the Finnish day care environment. Varhaiskasvatuksen Tiedelehti JECER, 6(1), 89–107. Viitattu

- 12.3.2019 <http://jecer.org/fi/wp-content/uploads/2017/09/Veijalainen-Reunamo-Alijoki-issue6-1.pdf>
- Viitala, R. 2014. Jotenki häiriöks. Etnografinen tutkimus sosioemotionaalista erityistä tukea saavista lapsista päiväkotiryhmässä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Vygotsky, L. S. 1998. The problem of age. Teoksessa: R.W. Rieber (toim.) The collected works of L.S. Vygotsky - Volume 5: Child Psychology. New York: Plenum Press. 187-205.
- Webster-Stratton, C. 2011. Kuinka edistää lasten sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja. Helsinki: Profami.
- Whitebread, D. 2012. Developmental psychology & Early childhood education. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC: Sage.
- Youngstrom, E., Wolpaw, J. M., Kogos, J. L., Schoff, K., Ackerman, B., & Izard, C. 2000. Interpersonal problem solving in preschool and first grade: Developmental change and ecological validity. Journal of Clinical Child Psychology, 29(4), 589–602.
- Österberg, A. & Tuomola, L. 2013. Tunteet tutuiksi: Tehtäväkortit. Jyväskylä: PS-kustannus.